metro Pop
Issue 408 12.06.2014

- 重塑衣櫃生態
- 《微交少女》 未夠老土
- Dining：百變牛油果
- Wedding Supplement




Panasonic
係時候向爸爸表達心意喇！
Happy Father's Day
頌親恩獻禮
$10,800
Momi Momi 專業按摩椅
EP-MP62
舒適體貼的「溫感」腳部按摩，為你的父母送上溫暖按摩享受。
Panasonic Health
推廣期 即日起至2014年6月15日
Panasonic 健康專櫃
香港
北角 PanaShop
九龍
新界
信興集團 信興電器貿易有限公司
Panasonic Beauty and Health
顧客服務熱線：2833 0955
www.panasonic.hk





進修策劃日

6月14日
下午2-6時半・公大何文田校舍

嘉賓講座

嘉賓：詹德隆先生（文化人、中英文專欄作家）
主題：改善英國語文能力之竅門
時間：下午2:00-3:45
內容：分享掌握英文和英語的方法、語文如何協助擴闊國際視野

遙距及兼讀課程講座

人文社會科學

- 中國人文學科、中國語言及文學
- 中英語文學
- 心理學、政治學及社會學
- 工業及組織心理學
- 社會科學（中國研究 / 經濟學 / 通識研究 / 公共行政 / 哲學）
- 執法及保安管理
- 實用翻譯、語言與翻譯、法律翻譯
- 文化保育

商業管理

- 學士課程：工商管理、會計、銀行及財務、企業行政、市場、人力資源管理、管理、中國商業（中文）、國際商業、電子商業、物流及供應鏈管理
- 碩士課程：工商管理、專業會計、企業管治、人力資源管理、電子商業、金融服務、研究方法
- 怎樣成為認可會計師

科學與科技

- 工程學（工程管理 / 能源及環境科技管理）
- 安全、職業健康及環境管理、環境學、能源及環境的可持續發展
- 數學、統計及決策學
- 量化分析
- 檢測及認證、產品設計、設計與創新學
- 電子學、通訊科技、電腦工程、工程力學
- 電腦及資訊科技
- 應用科學（生物及化學）
- 護理學、健康學

教育及語文

- 幼兒教育、幼兒教育（特殊教育）
- 教育碩士、教育碩士（戲劇及語文教育）及教育博士（通識教育）
- 語言研究（中國語言學 / 英文）、英語運用
- 學位教師教育文憑（小學 / 中學）

與教授面談 / 即場諮詢 / 設即場報名專區

各課程講座之舉辦時段不同，詳情請瀏覽
www.ouhk.edu.hk/OUday

查詢
2711 2100


NISSIN
出前一丁
全城辣得過癮
大嗌：
PIRIKARA
PIRIKARA
PIRIKARA
新発売
微辛咖喱味
香辣麻油味
辛辣XO醬海鮮味
火辣海鮮味







即日起至2014年8月31日，於百老滙
選購指定牌子及型號之家庭電器或
電子美容產品，即可免費獲贈指定
Little Twin Stars閃亮禮品乙份。
數量有限，送完即止。

星閃閃群組2

星閃閃群組3

星閃閃群組4

恒生信用卡客戶專享

可賺取高達 **$1,000** Cash Dollars 額外獎賞

請即致電 **2998 6000** 登記！
(聽取語音後按「2」字，只需登記1次)

優惠期至2014年6月30日，優惠附帶條款，詳情請瀏覽hangseng.com/promotion2。

Carrier®

42/38KCEG09A
1匹淨冷型掛牆式分體機

- 製冷效能：9,000 Btu/h
- 三合一納米銀負離子防霉過濾網
- 獨立抽濕、24小時定時開關
- 機內防霉功能，「隨處走」調節溫度
- HI-SPEED急凍模式、ECO省電模式
- 尺寸(高x闊x深)：
  室內機：275 x 600 x 188mm
  室外機：540 x 700 x 240mm



連標準安裝 **$4,980**

CHK07LDA/CHK07EDA
¾匹淨冷型窗口式冷氣機

- 製冷效能：7,000 Btu/h
- 三合一納米銀負離子防霉過濾網
- 雙重藍鰭防銹塗層，令冷氣機持久耐用
- 自動均勻送風
- 易拆洗面板及過濾網
- 尺寸(高x闊x深)：
  346 x 450 x 535mm

*遙控器只適用於CHK07EDA

送 星閃閃群組3

CHK07LDA 連標準安裝 **$2,780**

CHK07EDA 連標準安裝 **$3,280**

PC-12LA
1½匹淨冷型移動式空調

- 製冷效能：12,000 Btu/h
- 能源效益Class A(歐盟標準)，慳電環保
- 無需安裝，流線型設計，適合辦公室使用
- 獨立抽濕、24小時定時開關、ECO省電模式
- 持續釋放負離子，淨化空氣
- 尺寸(高x闊x深)：790 x 460 x 375mm

送 星閃閃群組4 **$5,580**

42/38BG09
1匹淨冷型窗口式分體機

- 製冷效能：9,000 Btu/h
- 室外機只有353mm高，特別適合安裝於露台
- 三合一納米銀負離子防霉過濾網
- 獨立抽濕、24小時定時開關
- 「隨處走」調節溫度功能、HI-SPEED急凍模式
- 機內防霉功能、ECO省電模式
- 尺寸(高x闊x深)：
  室內機：275 x 800 x 188mm
  室外機：353 x 450 x 390mm

送 星閃閃群組2

連標準安裝 **$5,180**

PC-12LHPA
1½匹冷暖型移動式空調

- 製冷/製暖效能：12,000/10,000 Btu/h
- 能源效益Class A(歐盟標準)，慳電環保
- 無需安裝，流線型設計，適合辦公室使用
- 獨立抽濕、24小時定時開關、ECO省電模式
- 持續釋放負離子，淨化空氣
- 尺寸(高x闊x深)：765 x 467 x 397mm

送 星閃閃群組4

建議零售價$6,180 **照價再減**

以上圖片及資料只供參考，產品圖片及描述與實物或有區別，產品外觀及細節均以實物及代理商提供為準。所有禮品數量有限，送完即止。

















BROADWAY.COM.HK
分店地址查詢熱線：3144 1889



theEast
Queen's Road East
熱玩爸爸節嘉年華
PLAYAHOLIC PAPA CARNIVAL
爸爸陪玩員 炮製 CREATE 100% 純玩 PURE Quality 親子時間 PLAYTIME
日期：14-15/6/2014
(星期六及日)
時間：1400-1800
地點：合和中心地下露天廣場
今個爸爸節，把補習班、興趣班統統放埋一邊，即到灣仔皇后大道東The East大玩特玩！各位爸爸可暫且放下功課督導員的身份，變身自家陪玩員，與囝囝囡囡輕鬆兩天，在充氣滑梯上痴跳、痴玩！合和中心露天廣場連續2天舉辦嘉年華會，有多個音樂表演節目、自拍照相館、「掛住爸爸」自製衣架工作坊、畫畫花面貓等等，保證每對父子都可以享有100%純玩quality的親子時間。
熱玩項目
報名日期
參加辦法
充氣滑梯
14-15/6/2014
憑The East商戶單一即日消費收據滿任何金額；一名12歲或以下及身高不超過1.4米小童進場。
自拍照相館
及
畫畫花面貓
14-15/6/2014
憑The East商戶單一即日消費收據滿任何金額，可玩一次。
「掛住爸爸」自製衣架工作坊
時間：1400-1530
衣架2個
(原價 HK$480x2)
1/6/2014起
(原價 HK$480)
憑The East商戶單一即日消費滿$100或以The East Club 100積分，可供2人參加。
報名地點：合和中心3樓顧客服務中心
每班名額：6對親子
名額有限，先到先得。
互動音樂表演
及
扭氣球
免費節目，歡迎參加。
免費萬樂珠
無糖薄荷糖
人見人愛萬樂珠！The East將於2天嘉年華會免費送出萬樂珠無糖薄荷糖試食裝，與爸爸歡渡節日！
mentos
P 14 小時免費泊車
hrs Free Parking*
Terms & Conditions apply
下載及消費 Download & Spend
1 Extra hour Free Parking
小時額外免費泊車
App Store
Google play
hktheeast
顧客服務熱線 Customer Services Hotline 2527 7292
租務熱線 Leasing Enquiry 2863 4306
www.theeast.com.hk
Hennessy Road
Southern Playground
Johnston Road
Queen's Road East
Wan Chai Station Exit A3
183 / 202 / 213 / 222號
港鐵灣仔站A3出口
theEast



白皮书

起源於英美，是政府發表重要政策或議題的官方報告書，
由於封面是白色，所以被稱為白皮書，相比綠皮書少了諮詢成分

Chief Operating Officer
Jacqueline Chan 陳凱思

Editorial
Editor-In-Chief
Nik Cheung 張震東
Executive Editor
Jeremy Pang 彭駿寺
Editor
Ringo Fung 馮永康
Kimmy Lo 盧曉琪
Sandy Ho 何嘉儀
Naomi Wong 王宇紅
Ling Mok 莫坤蕾
Sub Editor
Michelle Ho 何詠詩
Elton Ng 伍卓德
Head of Project Team
Desiree Lam 林嘉穎
Senior Project Editor
Alan Man 文嘉倫
Ivy Yu 余詠芯
Kit Lau 劉潔瑜
Project Editor
Tiffany Leung 梁秀禎
Bonnie Tang 鄧慧文
Claudia Li 李曉嵐
Sora Leung 梁穎婷

Art
Art Director
Billy Cheung 張穎恆
Senior Designer
Man Man Ho 何敏雯
Designer
Blue Li 李銘婷
Alice Choi 蔡淑婷
Mavis Chan 陳玎宜
Project Designer
Hang Wong 黃梓恒
Carman Hui 許嘉敏

Photo
Chief Photographer
Tedd Choi 蔡杰忠
Senior Photographer
Michael James Whyte 陳子駿
Photographer
Franky Li 李家康
Ho Ka Wai 何家偉

Advertising Sales
Business Director
Simone Tse 謝倩雯
Sales Manager
Horus Tse 謝欣康
Account Manager
Angel Chan 陳安琪
Karman So 蘇嘉嵐
Elaine Luk 陸依齡
Account Executive
Wing Chow 周鈺陳
Lavender Chung 鍾惠珊
Yuki Lu 呂嘉敏
Senior Marketing Executive
Maggie Shaw 邵嘉蕙
Senior Event Marketing Executive
Cathy Chan 陳子慧

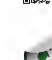
Print / Production
Production Manager
Steven Wong 王振雄

Traffic
Traffic Coordinator
Andrew Leung 梁永光

Contents

issue 408
12.06.2014





指定回收箱
設於以下港鐵站

柴灣站 荃灣站 葵芳站 銅鑼灣站 鰂魚涌站 太古站 尖沙咀站 九龍站 青衣站 九龍塘站 東涌站 北角站 旺角站 觀塘站 佐敦站

Publisher
Metro Publishing HK Ltd
九龍九龍灣宏開道51號保德企業中心18樓
Tel 3667 4800 Fax 3667 4888
www.metrohk.com.hk

Advertising Hotline
Tel 3667 4802 Fax 3667 4888
info.metropop@metrohk.com.hk

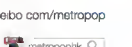
Marketing Hotline
Tel 3196 1636 Fax 2107 4033
marketing@metrohk.com.hk

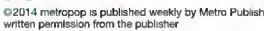
Printing
凸版印刷（香港）有限公司
香港新界元朗工業邨福宏街一號凸版印刷中心

www.metropop.com.hk













The Perfect One 完美婚嫁活動2014





周大福見証每對準新人婚嫁旅程的每一步，凡購買指定婚嫁首飾獲取電子印花外，
親友亦可替準新人購買並收集印花，共同分享喜悅。

活動推廣期：由即日起至2014年9月29日

參加辦法：凡於港澳全線周大福選購單件指定婚嫁首飾滿指定金額，即獲電子印花1個，並獲1次抽獎機會

第一階段活動抽獎禮品

大獎（2份） 周大福美鑽吊墜乙件價值約港幣$10,000及香港君悅酒店靜水沁園雙人客房一晚住宿連雙人60分鐘按摩及咖啡廳自助早餐，價值約港幣$8,800（大獎總值約港幣$18,800）

第二階段活動

成功收集1個印花及上載準新人「幸福甜蜜」照片並寫下「幸福甜蜜」的承諾，有機會贏取「2014 The Perfect One 韓國完美婚嫁之旅」5日4夜雙人套票（名額：8份）

獎賞總值超過HK$780,000

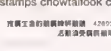
婚嫁之旅包括：

- 雙人來回韓國機票連4晚酒店住宿
- 韓國舉行集體婚禮
- 婚嫁之旅婚禮日專屬服務（化妝髮型及新人禮服安排）
- 拍攝婚紗照

（每份總值港幣$60,000）



http://bridalestamps.chowtaifook.com





周大福 Wedding Club

Wedding Club 誠邀多位婚禮達人成為專業博客，分享婚禮資訊及個人經驗。會員亦可賺取積分，兌換「囍悅優惠」，包括婚嫁首飾、婚紗攝影、美容、酒店及旅遊等驚喜優惠。Wedding Club 亦會定期安排工作坊，邀請專家示範及親身參與，令婚禮做到一絲不苟的準備，費用全免，**立即登記！**

瀏覽周大福 Wedding Club 網頁
http://weddingclub.chowtaifook.com


8天 見證 · 感受新生肌膚
LEIGHTON MEESTER
BIOTHERM
www.biothermhk.co



北歐百年山系 HAGLÖFS

聯乘著名日本 ASICS® 跑鞋鞋底

輕量性及功能向來都是戶外裝備最注重的重點。今季，剛踏入一百週年的瑞典山系品牌 **HAGLÖFS** 推出 **L.I.M** 系列速度型行山鞋及 **Intense** 系列跑山鞋，鞋身超輕巧（只有**155g**至**330g!**）之餘，注入吸震能力極佳的 **Asics AHAR+** 及 **GEL®** 後踭鞋底。配襯款式簡潔卻不失型格的背囊，輕鬆行山隨時起行。



WORLDCUP

2014 世界盃在巴西
在香港？世界盃在商場！



01 This Week what's up

1

Citywalk 荃新天地 SPORT VIVA

荃新天地正舉行「永不放棄 夢想起飛 荃城『足』動 GoGoGoal！」活動，中庭以森巴世界盃布藝為主題裝置，加上象徵「足球無分國界，同心協力」的「心連心」裝飾。此外，Citywalk 全程直播 64 場世盃精彩賽事，現場更會提供免費小食及任飲即磨咖啡，更於世界盃揭幕戰及決戰夜活動分別請來殿堂級笑匠黃子華及搖滾樂隊太極。







荃城「足」動 世盃揭幕戰
日期：即日
時間：22:30-23:30
地點：荃新天地高層地下
嘉賓：黃子華

荃城「足」動 世盃決戰夜
日期：7 月 13 日
時間：22:30-23:30
地點：荃新天地高層地下中庭
嘉賓：麥潤壽、太極

查詢：3926 5708
網址：www.citywalk.com.hk
（參考其他活動詳情）
facebook：facebook.com/citywalk.hk

2

數碼港 KT Football 同樂日

活動由數碼港及新生代運動文化協會合辦，將於數碼港商場全天候廣場舉行足球同樂日，設置多個充氣足球場，舉辦「兒童 KT 挑戰賽」，邀請多隊本地少年足球隊參賽，「KT 企業盃」則邀請多間企業公司組隊參賽。活動開幕禮嘉賓包括 KT 足球大使張國強、歌唱組合拾音社、唱作歌手會賢、2013 國際旅遊小姐香港冠軍鄺芷凡等。屆時張國強更會聯同拾音社進行一場 1 on 1 對抗賽。

「數碼港 KT Football 同樂日」開幕禮
地點：數碼港商場全天候廣場
日期：6 月 14 日
時間：14:00-16:00
查詢：3166 3111
facebook：facebook.com/arcade.cyberport



海港城 X Visa
2014 FIFA 世界盃狂熱

海港城特別與 Visa 合作，於即日至 7 月 13 日帶來不同的驚喜，包括打造「巴西狂熱球賽」FIFA 世界盃專區及舉辦「你相中的世界盃狂熱」Facebook 遊戲。顧客除可與 2 米高的 2014 FIFA 世界盃吉祥物 Fuleco 一同感受巴西世界盃的熾熱氣氛外，更有機會換領 Visa FIFA 足球及贏取 PlayStation®4 連遊戲套裝。

日期：即日至 7 月 13 日
時間：10:00—22:00
地點：海港城港威商場大堂 I
網址：www.visa.com.hk/harbourcity
查詢：2118 8666

3



iSQUARE 國際廣場
「森巴動感迎夏日」

iSQUARE 國際廣場準備多項活動，與遊人齊迎世界盃 2014，見證皇者誕生。

巡遊
數名穿著森巴服飾的表演者在商場巡遊。
日期：7 月 5 日
時間：15:00-16:00

仲夏至「擊」音樂會
樂手以非洲鼓及木琴為大家獻上精彩表演。
日期：7 月 6 日
時間：15:00-18:00
地點：商場三樓

4

新港城中心

恒基兆業商場
連串活動迎世界盃

恒基兆業商場奪得全港唯一「2014 FIFA 巴西世界盃 特許零售精品店」經營權，於旗下 5 大商場開設特許零售精品店，最矚目必數全港獨家 2 米高巨型 2014 巴西世界盃吉祥物 Fuleco 公仔，售價為 $18,999（全港限量 3 隻）。

日期：即日至 7 月 13 日
時間：13:00-21:00
參與商場：MCP 新都城中心、新港城中心、荃灣城市中心 I&II、屯門時代廣場及沙田廣場

5

MCP 新都城中心
珍藏世盃可口可樂罐瓶展

台灣收藏家趙志宏把過百個珍貴收藏品首次帶到香港，展品包括來自世界各地的 2014 年巴西世界盃限量版可口可樂（巴西、墨西哥、智利、哥倫比亞、英國、日本、馬來西亞、泰國、中國）、絕版 1982 年西班牙世界盃迷你可口可樂瓶等。

日期：即日至 7 月 13 日
地點：MCP 新都城中心 2 期 1 樓天幕廣場



6

始創中心
「電玩珍藏大晒冷」

始創中心呈獻「電玩狂熱 Go! Go! Goal!」活動，並與城中多位電玩達人合作舉辦「電玩珍藏大晒冷」展覽，展出逾千件絕版電玩珍藏。此外，始創中心更為訪客送上「父親節遊樂賞」、「電玩父子兵擂台陣」、「足球狂熱賞」及「足球狂熱大抽獎」等一連串精彩活動，與大家共迎溫馨父親節及世盃狂熱！

始創中心「電玩珍藏大晒冷」展賞
日期：即日至 7 月 13 日
地點：地面大堂及 1 樓至 3 樓
查詢：2148 1626



新地九大商場
「Go For Gold 金球大抽獎」

商場送出總值超過三十萬元的大禮，顧客於即日至 7 月 13 日期間消費滿 $200，即可參加抽獎，有機會贏取頭獎價值 7 萬元的 999.9 純金足球擺設（約 4 兩重）或其他精美禮品。

參與商場：wtc more 世貿中心、將軍澳東港城、Mikiki、Landmark North 上水廣場、將軍澳中心、屯門卓爾廣場、屯門錦薈坊、荃灣荃錦中心及新領域廣場
換領日期：即日至 7 月 13 日
換領時間：13:00-22:00
換領地點：各參與商場抽獎券及禮品換領站
換領方法：顧客凡於推廣期內，在參與商場以電子貨幣*單一消費滿 HK$200，憑即日單一機印發票，即可換領抽獎券一張，每張發票最多可換十張抽獎券。

7



8



荷里活廣場　商戶獨家優惠迎世盃

荷里活廣場於 6 月至 8 月推出「夏日購物王」多重消費獎賞計劃，送出總值近 30 萬禮品。為迎接世盃帶來的運動熱，場內多間運動服裝及配飾商戶更提供多個獨家優惠。為吸引駕車顧客，出示任何足球圖案或照片，更即享泊車優惠。

第一賞：費滿一千送一百
第二賞：儲「單」競逐「購物王」贏十萬大禮
第三賞：多家「影音家電」及「珠寶鐘錶」商戶更推出獨家優惠
第四賞：迎接世界盃熱，運動產品優惠低至六折
第五賞：「足球狂熱」泊車優惠（優惠日期：即日至 7 月 31 日晚上 11:59 分時）

地址：鑽石山龍蟠街三號（港鐵站 C 出口）
查詢：2118 8811
網址：www.plazahollywood.com
facebook & WeChat：plazahollywood



PHOTOGRAPHY

"Vertical Color of Sound"
Ryan McGinley 個人展

展覽展出 Ryan McGinley 每年夏日之旅所拍攝的 12 幅大型相片。McGinley 的相片佈局精細，與其説是紀實攝影，不如説是導演作品，相中的每一動作，每一時刻均經過深思熟慮，最終影像都是自然流露、渾然天成。今次展品以田園景色為主，有裸體男女在野外跳動、人們在岩石或沙灘上仰望天際，在世外桃源般的環境，模特兒赤身露體，令人感到相片超越時間，彷佛大自然留下這些美麗身軀，帶出一點原始純真。

日期：即日至 6 月 21 日
時間：11:00-19:00
地點：中環干諾道中 50 號 17 樓貝浩登畫廊
網址：http://ryanmcginley.com

9

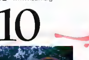


CONFERENCE

「設計 • 服務 • 將來」：零售及款待業的發展機遇

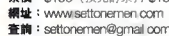
服務設計是為了增加銷售遠是顛覆傳統？本年度的「設計『智』識周」，逾廿位國際級大師將以六大專題，包括：服務設計新勢力、海量數據分析、無縫科技體驗、感官空間設計、嶄新餐飲體驗以及創新服務模式，在為期一周的會議、研討會及工作坊中，讓參加者掌握全球業界的最新趨勢，建立創意自信及策略性思維。有甚麼顛覆傳統的服務設計？來「設計『智』識周」找個答案吧！尚如少量名額，立即報名！

日期：6 月 23 - 27 日 (星期一至五)
地點：中環鴨巴甸街 35 號元創方 PMQ
查詢：2911 7917 / kodw@hkdesigncentre.org
網址：www.kodw.org









MUSIC

Set Tone Men a cappella Lounge

成立於 2011 年 9 月的實動男無伴奏合唱人聲樂團 (Set Tone Men a cappella Group)，是香港最活躍的無伴奏合唱隊伍之一，利用靈活多變的歌唱技巧為歌曲帶來嶄新的演繹。實動男將於 7 月 4 日假中環藝穗會舉辦 "Set Tone Men a cappella Lounge"，展示這年來努力的成果，包括兩首原創歌曲 "Dreamy Life" 及 "Set Tone Men Opener"。

日期：7 月 4 日
時間：20:00
地點：中環下厘畢道 2 號 Fringe Club 藝穗會
票價：$150（預先訂票）/ $180（當日購票）附送 1 杯酒精飲品
網址：www.settonemen.com
查詢：settonemen@gmail.com





01
This Week
what's up

11



ART

生活創藝工作坊

夏天是萬物生長最蓬勃的季節，賽馬會共融藝術工房舉辦的「綠遊園──生活創藝工作坊」以「夏日的花園」為主題，在8節課堂內，讓學員利用日常生活中的回收物料，以至隨手可得的天然物料進行視覺藝術創作。透過不同的方法及媒介，齊齊發揮無限創意，讓生活變得更美，也藉此深思如何愛惜這片土地。

日期：7月3、10、17、24、31日
8月7、14、21日（共8節）
時間：19:00-21:30
地點：賽馬會創意藝術中心 L3-04 室
對象：12 歲或以上，任何殘疾人士
費用：港幣 600 元，其中最多 6 個名額將留予領取綜援人士，以港幣 390 元報讀
名額：12 人
截止報名日期：6月26日
報名及查詢：2777 8664
facebook：jcias

WORKSHOP

豆渣餅工作坊

造完豆漿的豆渣要如何處理？部分人會把豆渣用作種植的肥料，但原來還可變成美味食物！豆渣含豐富纖維、蛋白質，用來滋養土地前，不如就先填飽肚子，把豆渣、麵粉、有機黑糖混合起來，不用半小時就可品嚐到美味純素下午茶──豆渣餅。在喜居生活舉辦的豆渣餅工作坊，可一邊製作豆渣餅，一邊與導師交流日常剩食處理，每位參加者均可即場做6塊由 300 克豆渣做成的豆渣餅。

日期：6月27日
時間：19:00-21:00
地點：石硤尾白田街 30 號賽馬會創意藝術中心（課室待訂）
費用：$180
名額：16人
報名及查詢：5542 3204
facebook：livelylifehk



12



Stretch your limit

心中那團充滿鬥志的火焰，還在嗎？年少時勇於挑戰自己，雖然今天安穩地過著朝九晚六的生活，然而昔日那份衝勁卻仍藏於心裏，期待著有日能再次燃點，可以積極地在工作上尋找更多挑戰。藉著經歷每個難題來更深入地了解自己，為個人成長注入源源不絕的力量。

TEXT · ALAN & KIT PHOTO · WAI DESIGN · CARMAN @POP（廣告）

專業比賽 創出佳績

由香港管理專業協會（HKMA）市場推銷研究社（SMEI）主辦的「第46屆傑出推銷員獎」（DSA）及「第46屆傑出青年推銷員獎」（OYSA），已於早前完滿結束。本屆活動特別以「笑容可功（Happy Selling）」為主題，以宣揚積極及互相尊重的推銷態度。參加者須以書面形式遞交感言，並進行個人演講及急才挑戰，表現突出者方有機會贏取殊榮及獎項。

AIA今年共派出4名財務策劃顧問參加本屆活動，而且全部脫穎而出。獲得如此佳績，除代表AIA的財務策劃顧問皆擁有專業及可靠的推銷態度外，亦再一次證明公司培訓員工的成效顯著，讓無論是富經驗的工作夥伴還是新加入的年青一代皆可擁有進步及發揮的空間，不斷突破自己。



財務策劃顧問透過參與由公司舉辦的歷奇活動，建立團體精神，突破自己，挑戰個人極限。





【積極】

尋求自我突破與成長。勇於接受挑戰，

參加比賽，目標不僅在於勝利，而且也可以探索更多讓自己發揮實力的機會。在參與「傑出推銷員獎」及「傑出青年推銷員獎」活動期間，AIA 派出的參賽者均能脫穎而出，但在比賽的準備過程中，他們亦同時對業界、公司及自身產生了一些微妙而積極的感覺，讓他們對財務策劃這份工作有著更大的抱負，並對身處的位置有著嶄新的領悟。



你想和我們一同成為真夥伴嗎？
了解更多真夥伴的資料吧！

一切從心態說起 ...



Q：能分享你的賽前準備工夫嗎？

S： 我花了兩個月時間準備，公司亦全力協助我們參賽，例如講解比賽流程，道具支援等。最印象深刻是公司根據大會的比賽準則，場地設計，為我們安排模擬比賽，並邀請管理層擔任評判，給予意見。比賽當日，我用「雨傘」比喻公司的醫療保險計劃，指出購買保險的重要性，而且我會為客戶撐起傘子，代表風雨同路。我發現工作時都可以運用這個比喻，令客戶產生共鳴。

Q：你認為一個傑出的推銷員應具備甚麼條件？

S： 口才好無疑讓你起步快一些，但更重要是講求誠信及事實，為客戶著想，了解他們的需要，不論客戶的保額數目，也要一視同仁。另外，堅持也很重要，人人都由 junior 階段開始，就算名大狀，名醫也不例外，他們擁有今天的成就全因不怕挫折，堅持信念。工作時，亦要順從本性，散發個人獨有的特質，只有發揮所長，樂在其中才會成功。職場新力軍如獲強大支援，發展會如虎添翼，AIA 近年成立 Y-Club，為 Y 世代同事提供交流平台，有助我們與其他區域的同事互勵互勉，一同成長。

Cherry Wong

Q：在是次參賽期間有甚麼得着？

C： 一直以來，我只是在公司中默默耕耘，所以當公司推薦我參加此比賽時，我很驚訝上司與同事原來一直認同我的工作態度及能力。對我來說，這確是一件很鼓舞的事情。

入職後，我的交際技巧確是進步了，但直至在比賽前，我仍是不太習慣在眾目睽睽下表現自己。能於是次比賽中脫穎而出，我的自信心提升不少，更能大開眼界，這亦令我在面對挑戰時變得更淡定。

Q：你會如何成為客戶眼中一位值得信賴的財務策劃顧問呢？

C： 我覺得一個好的推銷員，應要懂得何謂 'Happy Selling' 及 'Happy Service'。'Happy Selling' 就是要懂得為客戶度身訂造理想的產品，以滿足他們的要求並符合他們的負擔能力，'Happy Service' 則是要顧及客戶所需，當他們遇著困難時便要提供適當的協助。還記得有一次，一位老婆婆客戶意外跌傷了，碰巧她的子女不在香港，因此我便帶她接受治療。懂得在適當時候為客戶提供協助，這是從事保險業的責任及滿足感所在。



Q：工作經驗豐富的你，在參加 DSA 時都會感到有壓力嗎？

F： 壓力都是來自評審吧！其實早在參賽前，我已將要在個人演講時所介紹的保險產品仔細地研究多遍，對每個條款都有透徹的了解，只是在比賽期間，其中一位評審比較嚴肅，這令習慣與別人親切交談的我感到很不自在。這壓力亦令我發覺自己的應對技巧仍有進步空間，並提升了我的臨場應變能力。

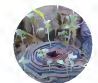
我很欣賞公司支持我們參加是次活動，因為這能協助從事前線的我們建立健康的推銷態度，更能照顧到客戶的需求。

Q：你認為新一代的財務策劃顧問應要怎樣裝備自己？

F： 大家先要抱著「積極」與「細心」這兩種關鍵的心態，藉而建立出良好的人際關係，才能獲得客戶更多的信任。

由於現今的財務策劃市場仍有很大的發展空間，因此我亦積極地招攬年青的工作夥伴組成團隊。雖然擁有專業的金融知識亦很重要，但比起學歷及工作經驗，我更期待他們擁有積極及好學的工作態度，因為每一個經歷都是年青人成長的機會。我亦會按他們的能力與需求而提供相應協助，讓他們可獲得更全面的發展。

01
This Week
editor's pick



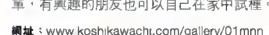
漫畫農場

小時候會用綿花加綠豆種出芽菜，讓年紀小小的人兒懂得生命的奇妙。不知道日本藝術家河地貢士（Koshi Kawachi）的漫畫農場的概念是否來自小時候栽種過的綠豆，但肯定的是河地有見童年收藏下來又厚又重的漫畫月刊已經沒用了，便以漫畫作為吸水物料、加水再播種，種出蘿蔔苗，讓漫畫上曾令自己著迷的文字與畫面，成為嫩苗的肥料。雖然油墨種出來的蘿蔔苗未必能吃下肚子，但當中卻別有一番意義。做法簡單，有興趣的朋友也可以自己在家中試種。

網址：www.koshikawachi.com/gallery/01mnn

JILLSANDY









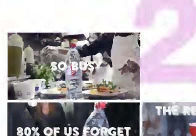




升旗樽蓋

夏日炎炎，但即使大汗淋漓、為了減壓提神過口癮，有人依然只顧每天數杯咖啡數罐汽水。礦泉水品牌 Vittle 於是推出短片，介紹他們創作的新產品 "refresh cap"，當你喝完水扭回樽蓋，蓋中內置的計時器便會啟動，每隔一小時蓋上的旗仔會自動升起，提醒你是時候補充水分。其實這個升旗樽還可順道提你每小時看手機、去廁所、吹吹水，打鋪機……減壓，有很多方法。

JEREMY











Vittle 宣傳片



02 Coverstory

港漫人講漫

一說港漫，總想書報攤的薄裝公仔書，從1970年黃玉郎的《小流氓》開始，八九十年代是高峰期，送過刀劍出過夜光封面後，題材離不開武俠神兵格鬥黑社會，然後網上盜版肆虐，港漫生意漸走下坡。千禧年港漫走入書展，香港漫畫再次殺出一條新生路；到近年一眾獨立漫畫家崛起，大家慣了在facebook看。今年有集結式漫畫推出，實體漫畫看似柳暗花明又一村。就讓港漫人講漫！

TEXT · RINGO PHOTO · TEDD · MICHAEL · WAI · FRANKY DESIGN · ART TEAM

港漫編年史

1958
許冠文推出《財叔》以「中國發明原子彈 日本發明臭雞蛋」及「中國騎馬 日本坐地下」等口號闡述抗日情懷。

1966
李惠珍推出《13點》，畫名意思是活躍、好動的女孩子，女主角經常更換新款時裝。

1964
王澤推出《老夫子》，詼諧呈現六十年代華人生活的底蘊與人生百態。

1970
黃玉郎成立出版社推出《小流氓》第一期「王小虎初到香港」，第99期改名《龍虎門》。

1970
《牛仔》四格漫畫刊於《明報》副刊，講述牛仔和契爺兩父子的生活趣事。

1973
李小龍功夫片熱潮下，上官小寶繪畫《李小龍》，成為香港最長壽漫畫。

1973
上官小強於《73漫畫》刊登《壽星仔》。壽星仔行為老積，粗口爛舌，創造了一種典型漫畫人物。

1980
馬榮城《中華英雄》在金報連載。每天刊登兩黃稿。1982年獨立出版單行本，後來成為一期銷售20萬本的港漫神話。

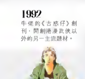
1984
《玉郎漫畫》創刊，及後甘小文於當中連載《太公報》。

1989
推出《天下畫集》，為香港漫畫銷量之冠，《風雲》連載至今三部共600餘回。

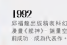
1991
在街機熱潮下許景琛繪畫《街頭霸王》，令他一躍成為炙手可熱的港漫人。



1992
牛佬的《古惑仔》創刊，開創港漫武俠以外的另一主流題材。



1992
邱福龍出版精裝科幻漫畫《龍神》，銷量空前成功，成為代表作。



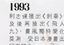
1993
司徒劍僑在書展推出《超神Z》序章，因搶購人潮擁擠撞破售票處玻璃而聲名大噪。

1993
隨《星期天周刊》附送的兒童雜誌《黃巴士》，收錄由謝立文撰寫及麥家碧繪畫的《麥嘜》。





1993
利志達推出《刺秦》，及後再推出《飛人九》，畫風獨特變化莫測，受日本漫畫出版商關注。





1994
「自由人」劉定堅推出《情侶週刊》《情人知己》《情侶特刊》等同類作品，令市場上出現大量「情」字頭漫畫。



1995
黎達達榮推出獨立單行本《慢慢豬》，今年新作《飼養犬》備受推崇。

1995
溫日良創立海洋創作有限公司，出版《海虎》，及後推出《武神》。

1996
陳某以《不是人》獲第六屆「東立漫畫新人獎」冠軍，作品於《火鳳燎原》火熱連載中。

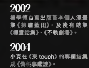




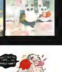
2000
黃玉郎重新改編《新著龍虎門》。

2002
楊學德自資出版首本個人漫畫集《錦繡藍田》，及後有結集《標童話集》、《不執劇場》。

2004
小克在《東 touch》的專欄結集成《偽科學鑑證》。



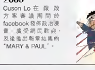




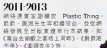
2007
馬仔推出《我的低能之道》，道盡師奶心態。



2009
Cuson Lo 在政改方案審議期間於 facebook 發佈政治漫畫，廣受網民歡迎，及後推出報章結集的 "MARY & PAUL"。



2010
鄭健和與鄧志輝合作推出《封神紀》，與強權鬥爭的劇情被不少人認為反映香港社會民生。



2011-2013
網絡漫畫家謝曬皮、Plastic Thing、爵爵、圍頭先生等相繼冒起，並從網絡發展至出版實體單行本結集，如《專自去偷歡之泰晤士河畔》、《爵爵港不停》、《圍頭先生》等。





傳統港漫 繼續進發

邱福龍

極具影響力的本地漫畫家（專題另外兩位受訪者月巴氏及超載舞步均稱因為邱才畫漫畫），從九十年代替黃玉郎畫封面開始，再與拍檔成立出版社，然後回巢，到現在自資出版，他看盡傳統港漫興衰：「同行經常說我唱衰漫畫業，其實係我唔識講大話。」在整個訪問過程，他不斷為《鐵將縱橫》起稿，腦裡同時又在構思即將推出的鐵甲人漫畫《中國製造》，以身體力行全心支持本地漫畫創作。



m：metropop　龍：邱福龍

m：最初為何入行？

龍： 那時是八十年代初，仰慕黃玉郎而憧憬漫畫業，發現畫漫畫也可致富。但那時入行競爭大，惟有每星期買港漫看看有沒有招聘。終於等到機會入行，當了三年漫畫助理。

m：當時的漫畫助理主要負責甚麼？

龍： 甚麼都做，甚麼都學。那時六百元收入，吃一個飯盒五元。漸漸開始協助黃玉郎繪畫封面，也開始在《小強畫集》和《漫畫王》畫插圖，畫的是自己最愛的異形、超人和機械人。那時做黃玉郎助理覺得好威水，又學到很多技巧。現在請助理，無人見工。

到了當主筆，畫《鐵將縱橫》、《龍神》、《小魔神》，當時一心希望將最好的給讀者，每格力求完美，特別是第一期出版後，沒想過有這麼多讀者喜歡，自然更加落力，也因為這樣脫期。現在不敢脫期了，每天都在趕死線、有時助理甚至將我還在畫的稿搶走進行上色。可惜歲月不饒人，當我最拼命努力的時期，香港漫畫壞卻走向日落黃昏。

m：薄裝港漫何以式微？

龍： 這幾年大家都在埋頭玩電話，不看漫畫了，加上很多內地網站將港漫複印上載網絡，政府也制止不了，大大影響銷量。而且香港讀者很現實、你的漫畫完結、他們便會走，你另闢新題材，他們沒有興趣、第一期也不會買。

m：如何吸納新一代讀者？

龍： 現在的年輕人都不看港漫，也不喜歡武俠題材。喜歡的都是舊讀者，而人數也愈來愈少了。就我所知，我的讀者約四，五十歲，很多已為人父，買了我的漫畫，十一二歲的兒子無聊沒事幹，隨便翻開看看，看過後喜歡便成為我的讀者…，要在這樣的連環巧合下，才能夠開拓新讀者，你說這行是否惡做？

m：未來有何大計？

龍： 支持我的忠實讀者，我出書他們會買，但他們會計較我參與多少。現在《鐵將縱橫》以周刊形式出版，工序多、分工細，我不可能參與所有部分。說實在，我現在畫武俠漫畫真的覺得有點膩，好像為了生活而失去了衝勁。因此即將推出的新作，我會撇除這種舊有形式，一人獨力完成。當然也會找助手，但不再是舊式港漫那套系統，這樣可大大增加我的參與比例，同時節省成本。

m：可否透露新作內容？

龍： 新作將撇除武俠，以我自己最喜歡的機械人為題材，暫名《中國製造》，講述一群外星人以地球人作試驗，就像上帝擺了一個蛇果在阿當夏娃面前，要怎樣做，由阿當夏娃決定。機械人則由人類操控，像以前的《大鐵人》。

希望新作除可取悅香港讀者，也能打進內地市場，最希望可以出機械人 figure，我最喜歡砌模型！



港漫人書：《漫學。港漫回憶錄》

由現任 Gameone CEO 及香港遊戲產業協會主席的施仁毅主編、訪問嘉賓包括文榕福、上官小寶黃玉郎、上官小威、上官小強、祁文傑、馬榮成、劉定堅、蕭若元、牛佬、邱福龍　鄭健和、温日良。由 13 位殿堂人物口述歷史、今年書展推出。回憶錄最珍貴的地方、是訪問了港漫經常被人忽略又舉足輕重的崗位　編劇。沒有劉定堅與蕭若元，八九十年代的港漫定必失色不少。



最愛漫畫家 外國 v.s. 本地

邱福龍稱他的風格受美國漫畫家 Frank Frazetta 影響很深、有很重的黑白感、很多人與怪物的搏鬥場面、很生動、油畫充滿張力。「從小看到現在、依然不感到他的作品落伍。」邱福龍稱還有很多崇拜的本地漫畫家、像黃玉郎、馬榮成、近年最喜歡鄭健和　「他有很多大膽構思，很創新，肯試肯博像最近的《大軍閥》題材便非常新穎。」



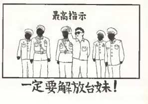
愈變愈瘋

新晉港漫人盲公夫人對昔日港漫的深刻回憶，是刀刀劍劍等珍藏品：「最記得第一件收藏是馮志明《霸刀》的那把刀，設計確實不錯；後期又掀起了一書多封面潮，我也跌入了圈套，許景琛的《街霸三》出過夜光封面，七色封面，全部儲齊，有期還送 VCD，大件夾抵食；不過到了《拳皇》、《侍魂》發展到那些「血之封面」(封面貼了大大的一塊血包)，「毛之封面」(整個封面貼滿羽毛)，便開始醒覺：我要知道幾時要退。」

新派港漫 另類獨家製

我們常說獨立漫畫家，到底「獨立」一詞意指甚麼？其實相對於薄裝港漫的集團式經營，獨立漫畫家不需要漫畫助理，一個人躲在家日畫夜畫，然後自資出版；又或直接將作品上載網上免費與大眾分享。這群人，除了大家熟悉的 Cuson、Plastic Thing、爵爵以外，還有幾個名字值得你留意。

02 Coverstory



我很懶
但我堅持

盲公夫人

從事美術工作，
現職教畫，
曾自資推出《解放台妹》，
因為內容大膽，
坊間已遍尋不獲。

為興趣免費派

事先聲明，盲公夫人雖以夫人自稱，卻是個不折不扣的男人，而且非常龐甩。他的作品不時出現在本地及內地的漫畫結集，個人漫畫只出過一本，問他是否如那福龍要慢工出細貨，他回答：「主要因為懶。」

決心解放台妹

2008 年，盲公夫人認識了一班志同道合的網友，大家會將作品放上網，政治漫畫家 Cuson 便是其中之一，九位網友更組成"Y9"，作品非常受歡迎。大概被這群熱血網友感染，夫人開始稍微努力起來，數年前終於推出《解放台妹》，靈感來自當時忽然很喜歡看的文革電影和傷痕文學：「當時看那些《紅燈記》、《智取威虎山》，共產黨員個個紅光滿面，土豪惡霸個個臉如死灰，黑白分明得有一種匪夷所思的荒誕。我在想可不可用類似形式畫漫畫？從文革走到現代，畫下畫下又從政治跳到了性。」夫人當時一心只想在朋友間傳閱，後來大家讚好，便印了六、七百本，放在 START FROM ZERO 發售。

夫人自資推出個人作品，但即使銷量數千，都未能維持生活。對此，夫人忽爾感性地說出一個夢想，「現在大家買到的港漫找不到我喜歡的那種風格，我希望將自己喜歡的漫畫類型傳播開去。」盲公夫人很懶惰，但依然堅持。

解放台妹

一輪紅日再升起，台妹高潮之時，正是台灣重光之日！



盲公夫人自資同人誌免費派發。

小朋友不愛港漫

對於港漫的未來，盲公夫人舉了一個例子：「我教畫的對象都是小朋友，有次拿了一幅港漫給大家照著畫，更專誠選了最具日本風格的（因為所有小朋友都愛看日漫），大家都非常不喜歡，有位小朋友更把漫畫摔在地上。」其實單以繪畫及上色技巧來說，港漫有很多值得學習和參考的地方，不過新一代似乎都不喜歡那種風格。「以前我們因為有不同熱潮而購買香港薄裝漫畫，如打機潮、刀劍潮、封面潮，現在熱潮不再，很難再有新一代讀者，加上港漫風格變得流水作業，局限了創作，終走進死局。」



月巴氏

專欄作家兼漫畫家，
多年於報章刊載漫畫，
包括 "Work Super Guy" 及 "Robocat"，
作品亦會同時上載至 facebook，
今年書展首次結集。

我不搞笑



m：metropop　月：月巴氏

m：如何踏上畫漫畫之路？
月： 年前經朋友介紹，開始在報章連載四格漫畫，至今連載過四個漫畫故事（"Robocat" 連載中）。即使有讀者捧場，但過去三次都以腰斬告終。我想，是因為我的漫畫不搞笑，香港人睇四格，都慣了睇搞笑題材，即第四格一定係要令他們笑出來的。

m：最喜歡那位港漫人？
月： 邱福龍，是他的漫畫吸引我，令我自小便鍾意畫公仔。最深刻的一本港漫，是邱福龍做主筆時的舊版《鐵將縱橫》，每格都貫注了他對漫畫的熱忱，環顧香港，唯獨他演繹到霸氣這回事。

m：看港漫的習慣有否轉變？
月： 現在看傳統的打鬥港漫，真的覺得煩悶。九十年代初，我一星期看 10 本港漫，每本都會翻睇。現在，只為支持喜愛的漫畫家而看一，兩本，好多時看公仔便算了。

m：港漫前景會怎樣？
月： 傳統的打鬥港漫大概會繼續存在，但愈來愈式微。另一方面，會愈來愈多獨立漫畫家在市場出現，但是否能夠支撐整個市場，或成為風潮，則是疑問。

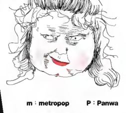


棒蛙

於高登幫網民繪畫，
後轉至 facebook，
曾為 metropop 繪畫插圖及封面，
去年書展推出《劣根經》，
作品現於多份報章雜誌連載。



認真不會輸







m：metropop　　P：Panwa

m：怎樣投身漫畫創作？
P： 2011 年末，在高登開 post 跟人「吹水」、高登那時流行說「認真便輸了」，大家都只愛說說笑笑。我為人較認真，便叫人說說心事，然後我畫幅畫作回應，就這樣開始了用畫答問題形式、儲了一群支持的朋友便轉移到 facebook 繼續。後來有人找我出書，便畫了一本《劣根經》，主要將人的惡行與劣根畫出來，讓讀者思考。

m：說說你所認識的港漫。
P： 初次接觸港漫是甘小文的《至 Goal 無敵》，當時看到諧音改名已覺好笑。也很喜歡草日與謝曬皮，最喜歡楊學德，他的《標童畫集》看似荒謬，其實寫實到不得了，令我憶起很多青春往事。他的畫風對我有很深影響，那些醜樣角色其實很美，「真實」應該就是這個樣子。不過不知是否他愈畫愈欷歔，還是我變得欷歔，以前覺得好笑的內容，現在卻引發我對生命作出思考。

兩代港漫人之不同

	千禧年以前	千禧年以後
工種	全職	兼職
人手	以公司形式聘請美術助理	單人
劇本	聘請編劇	獨自度橋
內容	武俠、格鬥、黑社會	政治諷刺、生活軼事、抒情、由自身出發、我手畫我口
形式	故事式連環圖	多以一幅畫表達很多意思

02 Coverstory

新勢力 合輯港漫潮

如果說六、七十年代的小孩深受《龍虎門》、《李小龍》等港漫影響，那八、九十後便是受日漫影響，因此新一代本地漫畫家都充滿東瀛風。薄裝港漫不再流行，最近在書報攤看見本地出版的《漫道》，形式模仿日本《少年 JUMP》，於本地發掘臥虎藏龍之士於雜誌連載。而之前市面亦曾有相類似的《熱血少年》、《渡漫雜誌》、《大渡畫集》及《乒乓》推出。以合輯形式推出的漫畫，能否如當年《玉郎漫畫》般風行？





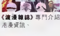
《漫道》
以青少年為對象，Matthew 稱：「現在新一代對畫式的大隻佬武俠漫畫都不太感興趣、我們的日系漫畫形式和風格，應該更合年輕讀者口味。」



《大渡畫集》力邀香港漫畫家繪畫短篇。



《熱血少年》找得門小雷等知名漫畫家坐陣。



《渡漫雜誌》專門介紹港漫資訊、

投稿活躍

《漫道》編輯小蓮負責審閱所有投稿並進行篩選，他稱投稿氣氛出乎意料：「平均每星期均有六至七份投稿，儘管當中質素參差，但也肯定了香港的確有不少臥虎藏龍之士。」

東東作品

在芸芸投稿作品中，有沒有驚為天人之作呢？小蓮稱：「在這大半年間見過最好的一個作者，是一位叫東東的本地漫畫家。他的故事編排、繪畫技巧純熟，希望日後可跟他簽約，他在《漫道》定期刊登漫畫，我們日後會為他結集出單行本。」資深漫畫家馬遜亦非常認同、「如果給我形容的話，東東就像《爆漫》中的新妻英治，只需在故事結構上再下工夫，他朝一定會成為漫畫界舉足輕重的人物。」

多媒體進發

董事總經理 Matthew 稱《漫道》只是一個起步點，將來希望引伸至動畫、電影等各種媒體，也會舉行相關大型活動，例如小說劇本創作、cosplay 比賽等：「《漫道》是一個過渡，最終我們希望將平台拓展到互聯網，讓大家在網上瀏覽最優質的本地漫畫。」

編輯小蓮稱：「除了焦點漫畫家馬遜和東東，另外還有謝心龍二畫的喪屍漫畫，都是時下最受年輕人歡迎的題材。」





焦點漫畫家馬遜：我要 Reboot 哪吒！

馬遜是周刊焦點漫畫家，從事漫畫行業 17 年，從最開始的勾頭工序到現在成為獨當一面的主筆、他希望走出過往港漫舊模式的框框，加盟《漫道》後，他與大家一起構思劇本，最後選一位中國神話中非常傳奇的角色：哪吒。馬遜稱：「他擁有很多故事傳說，我們希望從過往資料史話中進行整合和創作、為哪吒來一趟 2014 年的 reboot。」

SEIKO

非一般精密航程

盛夏，天朗氣清，能夠衝上雲霄，體驗翱翔天際的快感，確實是不少男士的飛行夢想。精工表全新推出的Criteria男裝計時腕錶，外型時尚矚目。以「非凡航程」為設計概念，將錶面打造成精密如航機儀表盤，讓時計更精準專業化。獨特構思，技術靈巧高明。或者駕馭飛機的飛行夢想還是有點遙不可及，但佩戴這枚具備飛行理念的精密腕錶，同樣可以滿足你對天際遨遊的速度感。



Criteria [illegible]
SNDF67P1



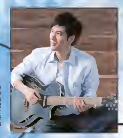


Criteria [illegible]
SNDF61P1

Criteria [illegible]
SNDF49P1

Criteria男裝計時腕錶

腕錶破格以航機儀表盤為藍本，配合刻有測速計的錶圈和極細緻的錶面，無論閱時和測速功能均方便清晰。同時具備秒錶計時功能，12時位的子錶盤1/20秒計時，6時位的子錶盤顯示每分鐘計時，長達12小時，精確計時配以日期顯示，加上日常生活防水可達100米，功能全面精密。另外採用藍寶石水晶玻璃錶面，時尚且堅硬耐刮花。另備有漸變的深褐、深紫、深藍或深綠色，配搭純黑色錶面，加上全精鋼或全黑色電鍍的錶殼和錶帶，可營造出不同的豪邁造型。





精工表廣告代言人
王力宏

全新精工表Criteria男裝計時腕錶系列，秉承了精密計時功能和時尚設計，體現品牌追求完美的創造精神，同樣是追求完美的多才多藝全能藝人王力宏，作為精工表廣告代言人可說是不謀而合的完美組合。

criteria

合輯新焦點《乒乓》

《乒乓》是合輯概念繪本，由八位香港新晉插畫師合資出版，第一期以「山」作主題。內容包括漫畫、插畫、攝影與文字創作，充滿實驗性。

作者包括

何博欣 Vivian Ho	超載舞步 Overloaddance
何淑美 Corn Ho	蘇瑋琳 So Wai Lam
劉思 Liu Si	杜翰煬 Leumas To
顏嘉瑤 Nykie Ngan	思哲 wongszechit

關於結集

Leumas 以往舉辦過大大小小的畫展，但畫展一完，便覺得納悶。在這幾年識多了志同合的朋友，便嘗試將大家聚在一起，出繪本合集。

他最後找了八位七八十後的漫畫跟插畫師，全部來自不同世界的「像劉思在德國讀書，Vivian 在美國生活，其他畫家也來自不同背景。」Corn 補充「在不同世界下賦予同一個主題創作，沒想到出來的效果如此好玩。」

要說來自不同世界，不得不提超載舞步：「我喜歡畫人類憎恨和破壞性的一面，人類是人類的癌細胞，我好想畫人怎樣死光，也很喜歡畫人與動物的關係。」

Vivian 在今次的參與者之中年紀排行尾二，卻負責封面設計：「非常滿意封面，就像將不同元素的圖像隨意拼湊，帶出了 Leumas 所說的主題 jam 埋一齊，看似散亂卻又互相緊扣。」

《乒乓》這個書名，就是希望參與的畫家們在波枱上猜滴滴仔，你一板我一板的交流，也像是創作人與讀者的關係，有來有往。

Corn 於理大藝術系畢業，現全程投入繪畫，在參與盛夏劇團時認識 Leumus，參與了是次創作。今次收錄在乒乓繪本之中的，都是過往在日常生活中畫下的作品。

說 **Johnny** 可能大家不知道他是誰，但說超載舞步大家相信耳熟能詳，不少人都是他 facebook 粉絲，正職為平面及包裝設計，09 年開始上載自己的作品，經黎達達榮介紹參與是次創作。

Vivian Ho 是全職插畫師，最近於國際電影節場刊負責插圖工作，作品也於本地雜誌連載，在一次中環的個人展覽中遇上 Leumas，於是參與是次創作。

Leumas To 身兼插畫師、平面設計師及獨立策展人，曾參展榮念曾主催「天天向上」年結互動創作展。2011 年起以「浪漫的好孩子」系列插畫於香港、深圳和廣州舉辦過五個個展。





02 Coverstory

《乒乓》內容節錄







關於港漫



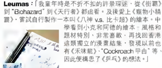
Vivian：「在報攤看到薄裝港漫，本本都好像一樣，全都是大隻佬、感覺很麻甩。我喜歡看《黃巴士》、覺得屎撈人和阿闖好靚，後來也看小克和阿德的漫畫，感覺跟以往看的漫畫很不同。我喜歡暗黑與突兀的繪畫風格，如 Jenny Saville，在傳統港漫中找不到這些風格的漫畫。」





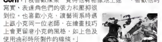
Jenny Saville 是英國女畫家，擅長以抽象筆觸繪畫肉體裸身。

Leumas：「我童年時是不折不扣的許景琛迷，從《街霸》到 "Biohazard" 到《天行者》都追看。及後愛上《寵物小精靈》，嘗試自行製作一本叫《八神 v.s. 比卡超》的繪本。中學看到小克和阿德的繪本，風格和題材特別、非常喜歡，再找回香港這類獨立的漫畫結集，發現以前也有《禾味龍》、"Cockroach 甲由" 等，因此便構思了《乒乓》的想法。」



《八神 v.s. 比卡超》

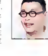
Corn：「我喜歡陳某，覺得他有點像池上遼一、喜歡他的寫實、表達角色們的張力和壓抑很到位。也喜歡小克，讀藝術系時遇上跟小克同一位老師，在繪畫技巧上會更留意小克的風格，如上色及使用油彩時所製作的線條。」



香港漫畫家陳某作品《火鳳燎原》。

超載舞步：「喜歡邱福龍，風格跟其他香港漫畫家不同，筆觸很有性格，如《小魔神》很像美國英雄；也喜歡門小雷，很喜歡她角色的長頭髮，反光位好靚。」另外他還喜歡一男一女組成的 Graphic Airlines，這種街頭藝術在香港很難找到，因此他最近也決定身體力行。





Graphic Airlines 是本地街頭藝術團隊，被譽為香港「飄陋」美學代表。





關於網絡分享

現在不少創作者愛於 facebook 上分享漫畫，作為其中一份子的超載舞步認為：「網上分享漫畫，這是高登文化的一種大趨勢，它甚至易響了現在畫漫畫的潮流，大家都覺得笑了開心了便可以。」

Corn 分享了一個例子：「我有一位師妹看準了這個趨勢上載漫畫作品，很快 facebook 上的群組人數數以萬計。感覺上大家畫漫畫的變得好像太有動機，只為了取悅讀者，為了取得共鳴，要快速傳播，從而找到了價值。」

Leumas 接著說：「因此我們才做《乒乓》，希望讓大家知道『唔係淨係得嘰啲』。」

Leumas 總結：「大家在書局看到《乒乓》封面，買回去看過後的反應大概分為兩種，第一種是看過後會高呼過癮，第二種是依然不知道我們搞甚麼鬼。」如此詭異總結，真不知是叫人買還是趕客。Ⓟ

近年本地漫畫合集

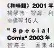


《卷卷》
小克、歐陽應霽、智海等的合輯

《Cockroach 甲由》1998 年
集合歐陽應霽、利志達等三十位中、港、台獨立漫畫家

《和味龍》2001 年
楊學德、智海、利志達等 15 人

"Special Comix" 2003 年
智海主　匯集 45 位中港台及國際漫畫家

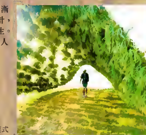




為環境 反思設計

設計，原為改變人類生活，但隨著社會發展，竟漸漸演變成一種帶來浪費的生財工具。要反思設計，必先讓設計回歸根源：重視自然、順應環境而生。正如當初上帝創造這美麗星球，是有藍和綠，有人類有動物，是一個平衡與共融的永續設計。

TEXT‧NAOMI PHOTO‧WAI、受訪者提供、網絡圖片 DESIGN‧MAVIS



田和設計 注入永續概念

產品及平面設計師何曉華 (Jess) 有感現今的設計模式與自己的設計態度背道而馳，寧願放棄全職工作，一邊當freelance designer，一邊創辦「田和設計」，推廣樸門永續的設計理念。「永續設計是個回應環境與自然的設計概念，涵蓋廣泛，由日常生活用品，到建築設計、城市設計，以至地球的生態都包括其中。它有助設計師以更宏觀的眼光去看待設計，思考設計與資源的關係，因為所有環境資源都會有用盡的一天。」



田和設計

舉辦台灣交流學旅、綠色生活分享會 工作坊，以及為各大綠色團體創作平面和產品設計 亦提供有關大台種植、設計和教育等活動及服務。

網址：www designplusten com
facebook：designplusten

設計 三宗罪



消費主導

對於大部分客戶而言，能夠做到吸引消費者購買，而且低成本，兼能大規模生產的，便是好設計。廉價物料破壞環境？機械生產令傳統工藝沒落？在利益大前提下，統統不在考慮之例。

1



例子：Fast Fashion

作為世界上的重大生產鏈，時裝同時為環境帶來大量污染和浪費，特別是 fast fashion。由血汗工廠生產，嚴重剝削第三世界的弱勢勞工。

台東學旅　工藝取經

Jess 認為雖然香港高樓林立、人口密集，欠缺綠色空間，但還是可以將樸門設計融入生活。為此，她舉辦台東交流學旅，向當地工藝人學習取經「『黑羊工作室』的設計師以二手木和漂流木造家具，並選擇在較偏遠的台東設立工作室，放棄能接收較多訂單的台北，是為了協助原住民就業。還有『美好花生』，原本是在一個樸實農村裡，一位媽媽親手工剝殼、篩選、鹽炒的賣花生小舖，經過當設計師的兒子和媳婦重新包裝及推廣後，成為網絡大受歡迎的傳統花生品牌。」

除了學旅，最近 Jess 更為尖沙咀一間旅舍設計天台農圃「天台種植也是將樸門設計理念融入生活的一種方法，許多設計師在空間設計上會忽略綠化的重要性，其實種植有助拉近人與人距離，增加社區互動和交流綠色生活。」





樸門永續 Permaculture

即 permanent（永恆的）、agriculture（農業）和 culture（文化）的縮寫，主要精神是發掘大自然的運作模式，再模仿當中模式來進行科學、農業、藝術、社區規劃等的設計。核心精神包含三大生態倫理：照顧地球，照顧人類，分享多餘。



扭曲功能

有些電子產品總是一過保養期便壞，或時常需要升級更換新系統，據說這是一種產品設計策略，叫 "Planned Obsolescence"（有計劃地淘汰）。這類產品設計，將「功能」從輔助生活的原意，扭曲成利誘消費的工具。

2



例子：智能電話、相機

電子產品型號推陳出新，而且壽命短，不斷為地球增加電子廢物。部分被非法出口至發展中或落後國家，當地工人在拆解電子廢物時，接觸到各種有毒物質，嚴重影響健康及污染當地的土地和水源。

欠人性化

設計涵蓋廣泛，包括環境設計、城市設計。可惜在香港，紓緩高人口密度的設計似乎落後，只求用盡每吋土地，漠視公共空間的需要，亦不以人性化角度思考，使設計淪為牟利工具。

3



例子：商場、新市鎮。

西九龍中心美食廣場的斜椅設計，完全漠視人的需要，彷彿為怕食客長時間佔用位置，影響生意。還有將軍澳這個無街新市鎮，商場連商場，連鎖店舖、單一生活模式，只為鼓吹消費，令大眾欠缺選擇。

03
Holistic Green
feature

各地永續設計

Netherlands
荷蘭　Precious skin「珍」皮

每個外形設計都不一樣的皮袋，是以剩餘的動物皮革製成。原因是大部分皮革工廠都不會使用頭、耳朵、尾巴、腳這些部位的皮毛，而且會將動物皮毛加工至面目全非。設計師以無加工及最簡約的縫線設計製成手袋，透過人的皮膚與動物屍體皮毛最直接的接觸，反思人類慾望對動物的殘酷傷害。



Taiwan
台灣　美好花生

花蘭農村土生品牌，為凸顯農田味道，利用二手回收塑膠瓶與玻璃罐來裝花生，並在瓶身包裝印製牛車輪、牽牛花以及花生等象徵人類與自然田野關係的圖案。最特別的設計，要數客家花布收納提袋，忠實呈現農村婦女工作服的美學創意，帶給人親切覺。

UK
英國　Tony's Roundhouse

這間房子猶像中古歐洲房屋，以木材、稻草及重用物料搭建，圓形的造型可讓住戶 360 度視觀大自然。最特別之處是屋主 Tony Wrench 這個家位處國家公園，而他和大太就在田園以釀酒、製作木器及種植維生，過著一種不破壞大自然，也讓大自然能夠繼續生息的遠古林務生活模式。不過靠太陽能及風力發電，Tony 仍可在永續模式下享受少許現代化生活。



Hong Kong
香港　區區肥皂

包裝走「無印」簡約風的 100% 香港生產手造肥皂，打破大眾對社區產品設計粗糙的影響，利用包裝設計及品牌推廣，為產品注入型格且富意義的新形象。產品用料全天然無污染，膠樽可回收再用，更重要是由社區婦女、低學歷低技術人士生產，協助就業。Ⓟ








ASUS VivoTab™ Note 8
商務應用 影音娛樂
輕鬆一手掌握
數碼科技日新月異，選擇能滿足日常生活及工作所需的電子產品，工作效率自然事半功倍，配合善於應用數碼科技，絕對能讓生活變得更加美好。ASUS最新推出的ASUS VivoTab™ Note 8平板電腦，具備8吋多點觸控式熒幕，機身設計纖薄小巧，方便隨身攜帶，加上配備Wacom® 1024階細膩感壓電磁筆，為用家帶來更靈敏、更精確的熒幕觸控感，無論是商務應用還是繪圖筆記，都能更得心應手，成為最輕便的商務及娛樂設備首選。
平板電腦採用8吋荧幕設計，用家輕易就能掌握整個機身，加上重量只有380g，亦便於隨身攜帶。
輕巧機身
ASUS VivoTab™ Note 8配備最新Windows 8.1作業系統，為品牌首款8吋採用Windows 8.1的平板電腦，加上內置Microsoft® Office Home & Student 2013，提供更完善的工作及商務應用體驗。ASUS VivoTab™ Note 8搭載四核心Intel® Atom Z3740 處理器的以及2GB記憶體，能提供更即時迅速的多工處理效能，配合重量只有380g的纖薄小巧機身，讓用家能輕易一手掌握，方便隨身攜帶，盡享即時商務運算處理，大大提升工作效率。
流暢觸控感
ASUS VivoTab™ Note 8附設Wacom® 1024階細膩感壓電磁筆，以獨特電磁式感應技術進行懸浮定位，呈獻更靈敏、更精確的觸控感，提供更流暢自然，快捷準確的手寫輸入體驗。平板電腦亦搭載120萬前置鏡頭及500萬像素後置鏡頭，支援720p錄影功能，內置ASUS PhotoDirect及ASUS YouCam簡易圖像修改軟件，讓用家更輕易捕捉每個精彩瞬間。平板電腦支援Miracast無線影音傳輸技術，透過ASUS Miracast Dongle，能將畫面同步分享至外接熒幕，方便進行商用簡報或娛樂影音分享，一次過滿足工作及娛樂的豐富需求。
機身背面設有500萬像素相機，前置相機為200萬像素，加上支援720p錄影功能，輕易拍攝並記錄每個精彩生活瞬間
開始
ASUS VivoTab™ Note 8搭載Windows 8.1操作系統，隨機附設WACOM®電磁筆，採用獨特的電磁式感應技術，讓用家無需依賴鍵盤輸入，就能享有更靈敏準確、流暢自然的書寫體驗。
ASUS VivoTab™ Note 8
查詢：ASUS 電話：3582 4738

03 Holistic Green
· veggie

夏之花饌

「朝飲木蘭之墜露兮，
夕餐秋菊之落英。」《楚辭 • 離騷》

花在古時，除了寓意人的品格，還是文人餐桌上的美食。現代人以花入饌，通常製成果醬、花茶或伴碟，其實花更是一道道美饌的主角。桃荷茉莉南瓜雞蛋花，炎炎夏日，介紹數種食用花，好烹調清新家常素食。

TEXT NAOMI PHOTO · 攝影圖片 DESIGN · SK



茉莉花

食用茉莉花相信絕不陌生，茉莉花茶肯定喝過。其實茉莉淡淡的香味，微辛帶甘的味道，非常適合夏季窄調沙律或涼拌菜式，還有寧神解鬱結的效用。炎夏鬱悶無胃口 清香茉莉花入饌是不錯選擇。

花之食：茉莉凍豆腐

桃花

桃花是春暖花開的象徵，除了顏色艷麗，香氣柔和，適宜觀賞之外，用作食用更有豐富的營養，味道甘帶點點苦澀，有利尿去水腫的效果更可活血及調理內分泌 緩和女性月經時的脹痛不適。唐代醫學著作《千金藥方》亦有提及「桃花一株，空腹飲用，細腰身。」，可見自古便是女士美顏塑身食療。

花之食：桃花玉米粥

03 Holistic Green veggie

荷花

屬於睡蓮科植物，可謂全身是寶，蓮子可製成蓮蓉，蓮藕和荷葉的食用價值更不用說。至於花瓣　雖然多觀賞少入饌，但在山東濟南　炸荷花卻是地方名菜，老舍亦曾有短文《吃蓮花的》作記述。荷花有清熱消暑、止血散瘀功效，即使炸過，依然荷香四溢。

花之食：桃炸荷花

南瓜花

香港少見南瓜花，其實是中國常有的農家菜。六至七月開花時最適宜食用，由於味道甘甜　新鮮清炒已很美味，由於含豐富的Carotene胡蘿蔔素，故又可防癌及緩和炎症，此外能清濕熱，是夏日的保健素食。

花之食：南瓜花炒蛋

雞蛋花

吃花，怎少得介紹一杯飯後花茶，茉莉、菊花太普通，不如吃一朵養生雞蛋花。清香、微涼、味甘，有清熱潤肺，預防中暑及止咳功效，是廣東五大花茶的其中之一。

花之食：雞蛋花茶

選花有法

- **能否食用？**
  食用花品種非常多，一般常見有櫻花、玫瑰、太陽花、康乃馨、雛菊、木槿、紫羅蘭、蘭花　　幾乎想得出的都可食用。不過也有例外，特別是含毒性的花便萬萬不能食用，例如　夾竹桃、虞美人、杜鵑花、水仙等。所以烹調花宴前最好先查清楚，以免中花毒！
- **注意花的來源及產地**
  買食用花要留意來源地、品質、衛生等問題，切勿亂摘觀賞花用作食用，因為可能添加造色素、農藥或殺蟲劑等，所以最佳方法當然是自己種植，或到本地有機農場購買。
- **選盛開之花**
  所謂不時不食，選盛開的鮮花味道最新鮮，即摘即煮更是上佳烹調方法。所以選擇本地農場或自家種植，既可免卻運送途中的污染，又可避免增加擺放時間。
- **了解烹調方法**
  有些花可以即摘即食，但有些較適合烘焙食用。如桃花，因帶點苦澀味，烘乾食用更適合。南瓜花味甜，則鮮炒最家常味美。





03

Holistic Green

fashion



趕走潮濕

不再謀殺衣服

香港人的衣櫃，十居其九一打開都爆滿。處於本地如此潮濕狹窄之地，
若然不給衣櫃留一點空間，無論你擁有多少矜貴的衣飾，都會慘遭水氣的損害，發霉、變色、有異味！
衣櫃生態不但反映了你的個人品味、習慣，也顯現你對自己的了解程度。
許多人，特別是女性，當一踏進時裝店，許多平日工作上的邏輯統統不翼而飛，
因為大衆的 common sense 認定 shopping 是一種治療。
於是衣櫃就因此儲藏了許多類似的牛仔褲；從未示衆的鞋子；依然掛着價錢牌的衫裙，
總之女人對新衫永遠有着需求的狀態，於是毫無計劃的不斷買、買、買。
住在香港，不得不弄清楚一點，衣櫃空間有限，若懂得將之系統化，不但可慳錢、防止再買錯衫，
還可騰出的空間，最重要是讓心愛的衣服活得更長久。

TEXT · POLO DESIGN · BLUE

Fashion Revolution Day

2013 年 4 月 24 日巴格達一棟製衣工場塌下，導致 1,133 名製衣工人死亡，包括小孩。有網民發現時裝的黑暗面，由今年 4 月開始了名為 Fashion Revolution Day 的運動，以穿起翻轉衣服作為行動，目的提醒每個人反省，你所買的衣服從哪裏來？誰人製造？

03 Holistic Green fashion

你的衣櫃累了 !!!

Christina Dean 為本港首個大力推動正念時裝生態平台 "Redress" 的創辦人，她在 2013 年開始了 365 challenge 計劃，整年只穿舊衣裳的經驗，令她發現衣服不但是一種 body conscious，也能更認識個人真正風格，同時身體力行，建立了針對香港天氣的系統儲存服裝法。

365 challenge 網址：
www.instagram.com/getredres[illegible]

Tips from Christina

- ◊ **甚麼剪裁最適合自己身形？**
- ◊ **甚麼顏色令自己氣息最好？**
- ◊ **考慮可作不同 styling 的衣物，物盡其用！**
- ◊ **考慮耐用的細節如拉鍊、鈕釦、翻轉檢查衣服和測試縫口。**
- ◊ **記得 "Buy Cheap Buy Twice" 哲學，避免買濫製的衣服。**
- ◊ **用堅硬的衣架，衣服才不走樣。**

m：metropop　**C**：Christina Dean

m：香港氣候潮濕，哪些衣服難以保存？

C：皮褸、羊毛衣等，每逢春夏往往不是發霉就是毀掉了。

m：如何有效防止衣服受到濕氣攻擊？

C：要防止發霉、異味，就要從針對霉菌著手。

首先，知道 "less is more" 是第一步！衣物多，迫爆儲物空間，空氣不流通，令霉菌易滋生產生異味，別以為用膠袋封好就可防潮，久不久讓衣服唞氣才能讓心愛的衣服長壽。

第二，便是妙用和重用防潮珠。

一些衣服特別容易吸收水分，如牛仔布、棉、羊毛、皮等質料，可多放防潮珠在當中，當發覺防潮珠經已吸了相當的水分，其實可放入焗爐烘乾重新再用。

第三，防止怪味依附在你漂亮的衣物，洗乾淨和風乾透是必要的！

"Clean before you store" 永遠是保持衣物長久的格言，有時肉眼看不見的污漬會隨著空氣中的水分而化成霉菌，怪味一形成就很難除去。

m：在眾多種衣物當中，你消耗（經常要購買）最多的是那類衣服？

C：因為我今年正在進行 365 challenge，所以我很少到時裝店買衫，不過白 T 恤和內衣就必定是最易損耗，因為經常需要清洗。

m：可否推介 3 種最耐用和舒適的衣料？

C：大致上我認為天然物料如棉質、竹纖維和麻質一定比人造纖維好，因為天然物料透風，起碼在本港的春夏季易散熱和排汗，不會像人造纖維使你在夏季猶如焗桑拿一樣炎熱。

不過我也理解身處於香港如此有趣的環境，例如極端的室內冷氣，羊毛外套在夏季也有需要。

m：有些很值得珍惜的衣服如手工很細緻／剪裁很複雜的衣物，如何特別處理？

C：我有時出席重要場合都會重著我的紅色絲質婚紗，之後我會用防潮珠包好用品質良好的衣架掛著保存。

m：當你購買衣服，你會考慮甚麼？

C：我相信一句說話 "Buy less and buy better，Buy cheap Buy Twice"，所以不作無謂的消費，選擇質地好、耐穿和設計經典的衣服。在剛剛過去的 365 challenge 的日子，我發現了二手服飾的趣味性，建議如果大家需要買衫，不妨上網店找 secondhand 的，會發現許多獨特的衣飾。



如何再用防潮珠

當防潮珠吸了相當的水分，會稍有變色的情況，此時不要丟落垃圾筒，將防潮珠放入已預熱的 250 度焗爐烘乾，需時不久直至防潮珠回復本來的透明狀，再倒入透氣的布袋，便可繼續在衣櫃，鞋櫃發揮吸濕作用。



保養皮鞋手袋

春夏季間秋冬的配件會被打入密擠擠的空間，容易使之變形，發出怪味和發霉，所以懂得利用吸水兼透氣的物品放進鞋袋之中，如報紙，鞋楦便可大為減低水氣積聚，又可防止變形。

03 Holistic Green · fashion

最好的東西已在你的衣櫃

世上視時裝如命的大有人在，當中亦有大量經歷過狂買衫，丟衫、捐衫的時裝界專業人士，最終有許多例子都得出了一個結論：其實自己需要的一早就在衣櫃！

圖案能有效遮掩汗漬，米白、淺色的衣服有效反光避免衣服吸熱，為何還穿深色染料衣裳？

Whitney Linen 的時裝只用麻布製造，透氣、耐穿而具風格。

有人說過如果一件衫在六個月之內未被碰過，那就需要丟掉！

有人認為體形胖了或者因為懷孕，衣服不合身形就要丟！

許多人衣櫃琳瑯滿目，但穿來穿去都是那幾件！

如何界定哪些衣服需要掉？捐贈？哪些需要留低？

衣服的去留沒有一定標準，但有一樣東西必須知道！衣服很久沒穿並不是重點，問自己為何不穿才是問題所在。大部分城市人為自己衣櫃造成負荷的心魔信念是：「每天都需要上班，為免被人認為沒衫換或者缺乏時代感，所以衣服要多元化，防止自己在他人眼中變成透明人。」

環保洗衣

洗衣服會污染水源，應選擇對海洋不構成威脅的潔衣物。

a. 環保洗衣液

以 100% 可被微生物分解純植物萃取配方製造，無添加磷化物、漂白劑、防腐劑、螢光劑、鄰苯二甲酸化鹽等化學過敏物質，無動物測試。

b. 天然無患子

4-6 顆有機無患子可代替每天洗衣液或洗衣粉分量，足以應付日常的衣物，可重複使用 3-4 次。

100% 的植物果子含果酸　能中和鹼性，可去除污物令衣物柔軟，不會致嬰兒及濕疹皮膚敏感，亦可對付春夏衣服出現的怪味。



時裝的實用心法

當你的自信心建立起來，時裝觀就不再像青少年般無限放大，同時發現減少買衫反而更能營造個人風格！

無論你現時的身材變成如何，自己很喜歡但暫時不合身的衣飾可以放在一個箱子裡，記著只收藏最喜歡的。而經已損毀的或有污積的可丟掉或捐贈，不再穿的不要留在衣櫃。每年最好有這整理習慣，逐漸會發覺待在衣櫃裏的衫裙的使用率會愈來愈高，而且經歷過這過程，個人的 fashion style 會愈趨明顯。

不論你是時尚名人或 stylist，生活在香港，都非常明白針對氣候選購衣料的重要性！如此潮濕悶熱的夏季，在揀選物料、顏色以及圖案上備課，除了實用，也要加強自己 styling 的功力！

不可不知的物料、顏色、圖案降温的效力



最透氣的衣料包括有天然物料 100%cotton、hemp、linen、seersucker，非天然物料 acrylic、rayon、spandex，半天然半人造環保物料 bamboo、tencel 和 modal 等。

本港的夏季陽光熾熱，為免被人發現自己大汗，許多人都選擇黑色的衣服，但其實黑色或深色的布料惹上細菌和霉菌的機會比淺色布料高，所以有不少人都在投訴黑色衫帶來的尷尬情況，而且臭味洗極不退　其實深色化學染料對皮膚對海洋、水源和製衣場的工人產生許多不良後果如敏感和死亡，這些臭味也許是提升城市人對處理衣服背後的警號。

You are what you eat

03 Holistic Green juice detox

曾因長年累月不健康飲食習慣而導致體重超標達 330 磅的澳洲企業家 Joe Cross，當時的健康狀況被醫生形容為 'nearly dead'，他後來自創了「飲果汁斷食法」，並於連續 60 天只飲用蔬果汁的情況下，讓健康得奇蹟地重回正軌。為宣揚健康飲食的心得，他於早前更親臨香港舉辦分享會，讓大眾了解蔬果汁的神奇力量。

TEXT · ALAN & SORA PHOTO · FRANKY DESIGN · W



始於一杯液體陽光

當年深受過度肥胖及免疫性疾病困擾的 Joe，病況就連醫生都無從根治，他唯有覓途自救，透過飲用蔬果汁來排清體內的毒素。他在 6 月 3 日所舉辦的「60 天喝出好健康分享會」中，與出席者分享綠色飲食心得，氣氛相當熱烈。

現今仍會進食肉類及人造添加食品的 Joe，認為健康的飲食習慣不應著眼於甚麼吃得過多，而是要了解甚麼是吃得不足夠。「吃得不健康，不是指我們剛又吃了一個漢堡包快餐，而是在於我們吃得不夠均衡！很多都市人都跟以往的我一樣，忽略了植物食品的重要，但其實它們是吸收了太陽的能量而成長，內裏富含包括維他命、鈣及鎂等對身體極為重要的微量營養素，因此我相信每杯蔬果汁都是一杯 Sunshine Drink（液體陽光），經常飲用自能改善我們的健康。」

Joe 把食品大致分為植物、動物及人造添加 3 類。作為過來人，他相信均衡的飲食之道才是維持健康的關鍵，並在此分享他飲食習慣的改變。



Joe's Favorite Juice

這款 Mean Green 是 Joe 自創的果汁之一，也是他的最愛。由於某些原創食譜中的材料，於香港難以找到，Joe 今次特意改良成專為香港人而設的 Mean Green！

Joe's Mean Green
(2 人份)
5 條青瓜
8 條西芹
2 個蘋果
1 個檸檬
1 小塊 (約長 5cm) 的新鮮薑塊

愛上綠色味道

Joe 笑言，起初斷食確是苦不堪言，隨後自己卻竟愛上了這種自然的味道。「我的親友當時都以為我瘋了，但他們見證我的生活煥然一新後，都漸漸受到我的感染而開始飲用果汁。」為此，Joe 特別創辦了名為 "Reboot with Joe" 品牌，讓參加者可因應體質而選擇 3 天、5 天甚至更長的斷食療程，以改善健康狀況。

由當日決定斷食 60 日，到今天依然在使用 Breville 的榨汁機飲用蔬果汁，產品自然有它的過人之處。「我在首次斷食時並沒受過任過品牌贊助的，我只是覺得 Breville 榨汁機的部件設計很有心思，榨汁清純，而且大口徑的蔬果輸進口方便易用，就連原個蘋果都能放入。」Joe 建議，蔬果汁一般可存放上 3 天，因此每次花費 20 分鐘來準備 3 天的分量，自能輕鬆地滿足健康所需。


Andrex SINCE 1942 皇冠®
乾爭
無水
PatPat
抹極都唔叫乾淨
新登場
Andrex SINCE 1942 皇冠® 濕廁紙
安心沖・不淤塞
仲乾爭爭咁抹？
如廁時使用Andrex皇冠®濕廁紙
抹Pat Pat至係真正乾淨!
全新Andrex皇冠 濕廁紙，採用淨化純水製造，如廁時輕輕一抹，即能去除衛生紙殘留的污物及異味，給您時刻潔淨清爽的感覺。直接棄於廁內亦不會造成淤塞，方便衛生。Andrex皇冠 濕廁紙，濕抹更乾淨。
10片裝
40片裝
40片盒裝
顧客熱線 2333 3543 電郵 kchk@kcc.com
Andrex HK
Kimberly-Clark 金佰利

TEXT · SORA & TIFFANY PHOTO · TEDD DESIGN · SK @POP (廣告)

24小時陶醉在 World Pub!

不同國家的啤酒都有屬於自己的味道，象徵著國家的精髓與靈魂，有的香濃撲鼻，有的清怡淡雅，就像在世足場上各支球隊各具特色。7-Eleven 為球迷搜羅了多國的啤酒，大家不妨在這全城哄動的日子，支持自己心水球隊的同時，也呷一口該國的啤酒，全情投入異國懷抱，一同舉杯暢飲！



細味啤酒之都

位列於國際足協 (FIFA) 第二位的德國國家隊，攻守兼備而且整體實力強勁。德國人以擅飲啤酒而聞名，每年人均喝超過 100 公升的啤酒，對啤酒亦有很高的要求，可說是熱愛啤酒的民族，順理成章地形成了獨特的啤酒文化，而慕尼黑啤酒節更成為德國最盛大的活動，是世界三大啤酒節之一。源於 16 世紀產自慕尼黑的 Paulaner 麥啤麥味濃郁，屬頂尖的小麥啤酒。

來自西班牙的星星

作為現時 FIFA 排行第一位的西班牙國家隊，絕對有實力於今屆比賽再次奪冠。西班牙的大街小巷都能看到酒吧的蹤影，大部分客人都喜歡站著喝酒為球隊歡呼吶喊，所以有些酒吧連座位都沒有提供。巴塞隆拿球隊指定啤酒的 Estrella Damm 啤酒，以天然地中海材料釀造，當中 Estrella 在西班牙文中解作「星星」，啤酒清爽的味道加上綿密的氣泡，相信是成為西班牙明星的最大原因吧！



德國 Paulaner 麥啤
500 毫升大罐裝 $18.9



西班牙 Estrella Damm 啤酒
500 毫升大罐裝 $15.9

7-Eleven 現已有售

荷蘭的細膩平衡感

荷蘭這隊橙色兵團，近年改善了隊內的種族問題，令隊員更團結更見默契，球賽上再創佳績指日可待。由兩種啤酒花及獨特酵母所釀製的荷蘭 Grolsch 啤酒，品質獲荷蘭皇室認可，粉絲們不妨嚐一口皇室的味道，支持橙色兵團！

傳統的英倫味道

英格蘭國家隊過去一直以長傳急攻的踢法見稱，近年來一改戰術，相信比賽期間會有更令人期待的表現。傳統英國北部的啤酒都蘊含香濃啤酒花的苦味，想感受一下這種英倫味道？不妨嚐試 Tetley's 啤酒。

親民的意式啤酒

意大利國家隊近年偏重中場的派路，有望令球隊取得穩健的成績。Birra Moretti 啤酒溫和而清淡的口味，更適合年青人及女士飲用。

優雅的法式啤酒

一向給人豪邁奔放的啤酒，在法國卻變得優雅浪漫。當中 K1664 白啤酒容易入口，並帶出淡淡的柑橘味及果香，味道層次較豐富。

口味多樣盡在日本

日本的啤酒品牌超過十種，而且價格便宜及口味多元化，若喜歡濃厚順滑口感的朋友，可選擇充滿日本風味的 Asahi 本生啤酒。





Kirin Stout
麒麟黑啤罐裝 350 毫升 $10.9
以焦糖麥芽及烘焙麥芽釀製的黑啤酒。

1. 英格蘭 Tetley's 啤酒 440 毫升大罐裝 $16.9
2. 荷蘭 Grolsch 啤酒 500 毫升大罐裝 $14.9
3. 意大利 Birra Moretti 啤酒 500 毫升大罐裝 $15.9
4. 法國 K1664 白啤酒 500 毫升大罐裝 $18.9
5. 日本 Asahi 本生啤酒 500 毫升大罐裝 $18.9

7-Eleven 現已有售

啤酒知多一點點

啤酒有分不同類別，而常見的類別有 Lager、Weizen 及 Stout。

Lager
源於德國的窖藏啤酒，使用較低的溫度發酵和儲藏的啤酒，酒性溫和，口味較清淡

Weizen
源於德國的麥酒，使用多於 50% 小麥發酵，酒色呈金黃色，含豐富泡沫，麥味濃郁

Stout
源於愛爾蘭，以烤焦的大麥釀製，酒色深沉，帶有先苦後甘的獨特味道

Coming Soon...
7-Eleven 將會於 6 月 18 日多推出 3 款來自比利時及日本的啤酒，在全城矚目的賽事下，當然萬勿錯過！數量有限，售完即止。



牛油果Avocado

夏日之黑果

走到生果店，滿目又紅又橙，鮮艷的繽紛色彩叫人豁然開朗，偏偏瞥見黑綠色的牛油果，粗糙不平的外表叫人卻步，但其實內裡質感綿滑，味道甘美。外表愈黑的牛油果，代表愈成熟好吃，那藏於充滿攻擊性的黑皮底下，原來是一顆絕對溫柔的心。

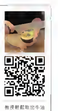
TEXT · MICHELLE PHOTO · EMMY & FRANKY DESIGN · BLUE


Cyberport
數碼港KT Football同樂日
Carnival
14-15/6 & 28-29/6
2pm – 6pm
數碼港商場全天候廣場
親身體驗1對1 KT足球
兒童KT挑戰賽 & KT企業盃
小心思・送父親
3-5pm 消費 $150 > Q版人像畫
2-6pm 消費 $150 > 福袋
福袋
表演嘉賓
張國強
(KT足球大使)
NEW GENERATION
arcade.cyberport.hk
3166 3111
arcade.cyberport
BOOSST



牛油果雪糕 $58 (b)
自家製的新鮮雪糕，一小盒就用上全隻牛油果，難怪味道清香濃郁，於炎夏吃一口冰涼，即時降溫消暑。





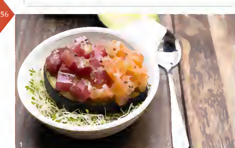
教授輕鬆取出牛油果核方法。

牛油果百變煮

**牛油果屬於西式水果，多來自紐西蘭或印尼等地區，
印象中似乎只局限於製作沙律或三文治等外國菜式，今夏一於轉換形象，
以不同形式出現於中、西、日、印的食物中，
無論涼拌熱食、鹹食甜點，茹素葷食者都能嚐到它藏於內在的美味。**

Light Fat!

牛油果的熱量主要來自脂肪，但將近七成是單不飽和脂肪酸，即是好的脂肪，如果是減肥中人士，可以將牛油果代替日常脂肪來源，例如取代牛油來塗麵包，或用來做沙律。牛油果屬油質食物，放入雪櫃能存放3天，若想保存更久，應盡量避免與蘋果、香蕉等放在一起，因某些水果會釋放一種天然氣體，加快牛油果成熟變壞。







1. **Happy Avocado $88 (c)**
   日本牛油果卷物吃得多，這次直接以原隻牛油果伴以新鮮三文魚及吞拿魚粒，是女士的輕盈之選，別有一番滋味。
2. **牛油果土耳其咖啡 $45 (b)**
   傳統的土耳其咖啡會加入煉奶，餐廳研創新方法，以牛油果蓉代替，同樣保持順滑口感，更增添一絲清新果香，酸中帶甜，風味獨特。
3. **牛油果奶昔 $45 (b)**
   香港人對朱古力，草莓，香蕉等奶昔口味已不感新鮮，不如試試加入巧克力醬的牛油果奶昔，果香馥郁綿稠，甜而不膩，在印尼很受歡迎，是常見的街頭飲料。



Superfood Duo $118 (c)
牛油果伴沙律並不出奇，但這款 Superfood duo 名副其實「超級」多材料，包括芝麻菜、乾漬番茄、蘿勒、羊奶芝士、櫻桃番茄，還有近年備受推崇的超級有益食物三色藜麥和奇亞籽，牛油果這回也要淪為配角。

5 **牛油果汁金龍香草蒸蛋白 (a)（須預訂）**
蛋白將龍蝦精華完全吸收，打成醬汁的牛油果與蛋白融為一體，集滑、鮮、嫩於一身，沒有花巧工夫，能嚐到甘香原味。

6 **牛油果泡珍寶帶子皇 (a)（「花香果甜迎夏日」餐單菜式 $298 / 每位）**
油泡的煮法令牛油果口感較軟身，配以彈牙鮮味的厚身帶子，清爽消膩，嚐出中菜新驚喜。

7 **七彩牛油果炒和牛粒 (a)（須預訂）**
烹調牛油果著重火候時間，煮得過久會減低營養價值，師傅以少油快炒的方式處理，口感較脆身，與嫩滑和牛粒配襯，再加入三色椒等蔬菜，層次豐富。

牛油果致肥？

別以為牛油果給人感覺肥膩，雖然它的確是高脂肪及高卡路里食物，但當中高含量的植物固醇，有助降低壞膽固醇，每半個提供 8.5 克碳水化合物及 6.7 克纖維，屬於高纖生果，半個牛油果便可提供每日所需的三成纖維量，促進腸臟蠕動及穩定血糖。

(a) **富豪坊** 2132 1011
(b) **巴里島之夜** 6800 7776
(c) **Locofama** 2547 7868



Demonstrator



Arlene
Health Concept 主理人

營養學家及自然療法醫師，亦是香港首位素食營養治療師。於 2010 年創辦「健康概念」，致力推廣天然飲食療法及綠色有機生活，並提供營養諮詢服務，策劃不同類型的健康、低碳飲食工作坊。於 2012 年出版了第一本作品《素身主義》。

查詢： 2868 9808

脆片伴**牛油果莎莎醬**

世界盃揭幕，一班球迷熬夜睇波，個多小時的賽事期間難免口痕，
隨時不知不覺吃進一堆垃圾食物，有沒有想過自製健康小吃也一樣方便？
這道做法極簡的營養零食，可自由加入多種食材。
牛油果含豐富維他命，及保護視膜網及晶體的葉黃素及玉米黃素，飽肚有益。
而且這次選用的無麩質脆片是焗製的，適合素食人士，
只要在家預備好材料，半夜嘴饞也可動手來一客，不再怕熱氣上火。



Ingredients

牛油果……………………………半個
檸檬……………………………適量
小番茄……………………………一個
紫洋蔥……………………………適量
喜瑪拉阿山岩鹽……………………適量

Steps

1. 將小番茄、紫洋蔥切粒備用。
2. 用湯匙將牛油果果肉刮出。
3. 將所有材料混和。
4 最後加上幾滴檸檬汁及喜瑪拉阿山岩鹽，配以喜愛口味的脆片伴吃便可。

TIPS

- 紫洋蔥的洋蔥素較高，而且生吃有抗氧化功效。



揀選靚牛油果

- 表皮有光澤
- 外皮沒有斑點、裂紋
- 牛油果表面開始呈紫黑色，代表較成熟好吃
- 質地較鬆身
- 盡量不要購買已預先冷藏過的牛油果

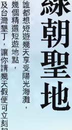
牛油果油 vs 橄欖油

大家標榜橄欖油、葵花籽油為優質食用油，原來牛油果同樣是「靚油」！每 100 克的橄欖油含 13.8 克的不飽和脂肪，有助降低血液內膽固醇含量，保護心血管，牛油果油雖然只有 11.6 克不飽和脂肪，但牛油果油煙點較高，用以油炸食物時能減少自由基的釋放，因此較為健康。


Move Sp
DESCENTE
在韓國，講起運動品牌，無人不知Descente。
創立於1935年的Descente，一直以製造落場版戰衣，馳名於職業級體壇。除了棒球、排球、單車等運動，Descente為嚴寒運動生產的雪上及冰上比賽服，更創下極其輝煌的歷史。
近年，Descente把匠心獨運的技藝「民用化」，出品一系列潮流sportswear。韓國許多一線明星都穿Descente，讓品牌在短短幾年間火速紅了起來。
有歷史傳承，有頂尖技術，Descente的「型」，是品味和深度。
熱賣
新品
BLUE EDITION
銅鑼灣 崇光百貨4樓
2831 8926
尖沙嘴 國際廣場大堂9B號鋪
2327 8277
馬鞍山 新港城中心3015號鋪
2528 0676
Descente HK
www.descente.com.hk



04 Lifestyle travel



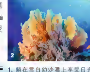
夏日短線朝聖地

仲夏是旅遊旺季，艷陽之下，任誰都想短遊幾天享受陽光海灘，舒舒服服地度假！今期率先介紹幾個精選短遊地點，包括泰國喀比、馬來西亞沙巴，及台灣墾丁，讓你請幾天假便可立刻起程。

TEXT & PHOTO · SHEILA 部分相片由泰國政府旅遊局 FLICKR 提供 DESIGN · MAVIS

喀比跳島之旅

坐落於泰國南部安達曼海的喀比（Krabi）與布吉隔海相對，屬於較慢開發的旅遊勝地，由於大部分地區均被納入為國家公園，因而保留著原始純樸的泰國特色，而喀比外海更與 130 多個島嶼相鄰，到此度假可乘船出海細味各個小島的獨有魅力。例如洪島（Hong Island），是當地著名的浮潛勝地，旅客可在迷人景色下浮潛賞魚，感受色彩絢爛的海底世界。而管子島（Tup Island）則擁有一個吸引大批旅客慕名而來的自然景觀，退潮時雪白幼沙會將此島及雞島（Khai Island）連成一體，形成連島沙洲，旅客可漫步沙洲上，享受無限的熱帶風光。



Info

全新直航喀比
由本年 5 月起，旅客可以免出境、直接經由曼谷國際機場轉機飛抵喀比，從此由香港飛往喀比的航程只需要 5 個多小時，讓大家可以有更充裕的時間玩盡假期！
詳情：泰國航空網頁 www.thaiairways.com

1. 躺在雪白幼沙灘上享受日光浴，是每逢夏季的最大樂事。
2. 洪島一帶水底長有各類色彩奪目的珊瑚，吸引熱帶小魚游來游去。



喀比
萊雷海灘

攀岩仙境

[illegible]喀比南部、距離南灣（Ao Nang）約[illegible]鐘船程的萊雷海灘（Railay Beach）擁有[illegible]細滑的沙灘，及壯麗的峭壁巉崗，是旅遊喀比必到的地方。整個沙灘分為三部分，分別為萊雷東灣、萊雷西灣及帕南灣，各自擁有不同的神秘魅力。萊雷東灣（East Railay Beach）是攀岩愛好者的仙境，被譽為全球最[illegible]的石灰岩攀岩運動場地，非常適合攀岩初學者學習簡單的攀岩技巧，在湛藍的海水與高聳的峭壁相伴下欣賞大自然曼妙景致。萊雷西灣（West Railay Beach）的純白沙灘水清沙幼，最適合暢泳和日光浴，在峭壁環抱下呈現最獨特美麗的泰國風情，偷得浮生半日閒。帕南灣（Pranang Beach）有一座著名的鐘乳石洞穴「一柱廟」，洞內供奉著許多木雕陽具，是一座祈求感情順利和求子的廟，不少旅客專程到此祈求愛情順利。

恬靜隱世小島

從喀比南灣碼頭搭船，只需要[illegible]時便可到達藍塔島（Ko Lanta）。由於島上大部分地區已被納入為國家公園，最原始的大自然生態得以保存，因而被譽為泰國南部的隱世小島。藍塔島剛被美國旅遊雜誌"International Living Magazine"選為全球最美麗小島的第二位，不少熱愛大自然的人前來度假，島上的空儒海灘及帕艾海灘最為迷人，在白淨細緻的細沙上[illegible]受日光浴，絕對是悠閒[illegible]更可在黃昏時乘搭遊艇[illegible]樹林，欣賞在安達曼海[illegible]始的浪漫情懷。





1. [illegible]到高聳的峭壁上欣賞海岸風光。
2. 品嚐地道泰菜是旅遊喀比的重點之一。
3. 划艇進入帕南灣鐘乳石洞穴「一柱廟」。



陽光海灘新選擇

享受陽光與海灘並非一定要到泰國或馬爾代夫等著名景點，鄰近香港的全新 Club Med 度假村，位於珠海東澳島，賓客更可於蛇口乘搭 Club Med 的獨家包船前往，除了優質的住宿及消閒設施外，更擁有多元化水陸活動及水清沙幼的沙灘，讓你享受真正的假期。



為旅遊加點安心

旅遊總會遇到不少意料之外的事情，為保障家人朋友以及自己，應先購買適當的旅遊保險，以減低意外所帶來的影響。豐隆保險的旅遊保障高達 $1,000,000，甚至乎更包括危險運動及外遊醫療等，可到 www.hl-insurance.com 或致電 2961 2266，了解更多詳情，讓你享受一趟安心之旅。

夏日平遊 亞洲 12 熱點

炎夏之間，當然要把握機會體驗陽光與海洋所帶來的樂趣。到訪過東京與首爾多遍的你，不如嘗試轉轉目的地，感受暢遊日韓的新樂趣吧！

HK Express 於今年全新增設往返日本福岡和名古屋及韓國釜山的航線，對每位旅遊達人來說，平遊亞洲自有更多選擇。



釜山

韓國最大貿易海港，海洋事業發展蓬勃，漁產豐富，繁榮程度不亞於首爾 擁有引人入勝的海濱美景，是旅客的度假勝地。

推介景點：海雲臺、太宗、廣安里

推介美食：生魚片、烤牛排、海鮮蔥煎餅



福岡

九州最大城市及日本重要港口之一，在繁盛間亦保留了昔日的典雅 由於天然資源豐富，因此海鮮及農產品美食亦充滿魅力。

推介景點：福岡塔、博多運河、小倉城

推介美食：拉麵 辣味明太子、味噌醬

最新航線

名古屋

日本第 4 大城市，別稱「中京」，城市規劃完善，有「白色之街」的美譽，亦為旅客到訪日本中部大小城市的重要出入口。

推介景點：名古屋城、名古屋站、東山動植物園

推介美食：平面（Kishimen）、天婦羅飯糰 鰻魚飯







作為唯一一間以香港為家的低成本航空公司，HK Express 自於 2013 年啟航後，航線網絡已幅蓋包括日本、南韓、中國、泰國及馬來西亞 5 大亞洲航點。除於本年 4 月開通日本福岡航線外，HK Express 亦將於 8 月增設每星期 5 班的釜山航線，及於 9 月增設每星期 6 班的名古屋航線，並計劃加推更多全新的亞洲航點，讓大家可擁有更多平遊亞洲的選擇。







名古屋 古今並存

位於首都東京與古都京都之間的名古屋，是帶動日本產業的現代化都市，同時亦擁有悠久歷史。到名古屋一趟、千萬別錯過由鄉村料理發展而成的平麵（Kishimen），扁平狀的麵身，入口清爽不油膩，是夏天的消暑佳品！當然，來到盛產雞肉的名古屋，亦要一試這裏加添了多種香料所炮製而成的馳名雞翼吧！



濃厚的日本氣息及現代科技的魅力相互協調是名古屋的特色之一，位於名古屋市中央的名古屋城，吸引之處除了其歷史背景之外，更在於隨四季而變換的庭院美景。集城市公園及交通樞紐於一身的綠洲 21，外形恍如來自外太空的宇宙船，是名古屋的地標之一。

HK Express 將於本年 9 月 25 日正式加開名古屋航線，每星期達 6 班之多，讓大家可隨時放慢腳步，走訪這道「白色之街」。



福岡 九州門戶



福岡是九州最大的一道門戶，不少來自世界各地的旅客把之當成旅途中繼站，這城市其中最引人入勝的，同時亦贏盡日本其他大城市的地方，就是福岡機場跟城市的距離了。從機場到博多車站只需要兩個站，就算要到最熱門的天神也只需五個站而已。另外，遊客若能多待幾天，定能切身感受福岡的內涵與魅力。這裡不似東京的繁華，卻兼容博多商人與福岡武士的特質。不得不提的，還有阿蘇國立公園裡的火山和別府溫泉。此外、博多拉麵貴為全日本四大拉麵之一、新鮮的湯底與彈牙的麵條一直為人所讚頌，在香港吃過「一蘭」與「一風堂」等拉麵名店的大家，亦務必要拜訪此地的總店才行。

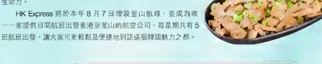


為讓大家在安排旅程時可倍感靈活、HK Express 已於本年 4 月 10 日起提供每天出發往返福岡的航班、方便大家探索九州。



釜山 國境之南

位於韓國東南端的釜山，背山環海且擁有美麗海岸線，是一個能將時尚與自然、當代與歷史融而為一的城市，處處充滿魅力。在眾多景點中，尤以被評選為「韓國百大旅遊景點」之一，擁有壯麗奇岩怪石的太宗台最為吸引，而擁有約 2,000 米長白沙灘的海雲臺、於夏日裏則擠滿了一把把的太陽傘，深得好動及酷愛熱鬧的朋友的歡心。喜歡家庭樂的朋友，則可到釜山水族館觀賞鯊魚與各式各樣的海洋生物，探索海洋世界的生命力。



HK Express 將於本年 8 月 7 日增設釜山航線，並成為唯一一家提供日間航班出發香港至釜山的航空公司，每星期共有 5 班航班出發，讓大家可更輕鬆及便捷地到訪這個韓國魅力之都。

HK$80 起暢遊亞洲

由即日至 2014 年 6 月 15 日期間、所有 HK Express 航線（包括名古屋）均會作出熱賣、更經濟便捷地暢遊亞洲各地。有關詳情請瀏覽 HK Express 網站。





查詢：3902 0288（24 小時熱線） **網址**：www.hkexpress.com



沙巴
潛水度假

沙巴是潛水勝地，海洋資源豐富，來遊總要花一點時間探索美麗的水底世界，而各個離島上的度假村，更是遠離城囂放鬆心情的最佳場所。

1. 詩巴丹島水底下處處見顏色鮮艷的海兔。
2. 居住在 Mabul 島上的小島民。
3. 伽亞娜生態度假村 (Gayana Eco Resort)
   官方網頁： bungarayaresort.com

百看不厭海龜天堂

不少人來沙巴的詩巴丹島潛水或浮潛，都是為了看龜，這一帶經常有綠龜（Green Turtle）及玳瑁（Hawksbill Turtle）出沒，幾乎每潛都能遇上起碼五隻。龜是海底明星，有種令人百看不厭魅力。要是龜被觸摸了，便永不會再到那個地方去，所以潛友記住眼看手勿動，讓詩巴丹島永遠都是海龜的天堂。這處海底還有不少二、三線明星，例如藍點魔鬼魚（Blue-spotted Stingray）、龍蝦、雞泡魚及色彩繽紛的海兔，為潛人帶來不少樂趣。

詩巴丹島潛水 Tips

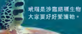
詩巴丹島是國家級保護區，島上沒有住宿，每天限制潛水及浮潛人數（120 人）。到此潛水，最好在兩、三個月前預約。

外島生態度假村

除了潛水，沙巴的自然生態亦是旅遊重點，當地的「東姑阿都拉曼海島公園」由五大海島即伽亞島（Pulau Gaya）、曼奴干島（Pulau Manukan）、馬穆迪島（Pulau Mamutik）、蘇洛島（Pulau Sulug）和沙比島（Pulau Sapi）組成，其中以伽亞島面積最大，設有伽亞娜生態度假村（Gayana Eco Resort），是悠閒度假的好選擇，位於海邊，設有多座水上屋別墅，在此度假，每天可體驗不同水上活動包括划艇及浮潛等，還可參觀海洋研究所，及到島上的熱帶雨林探險。

Info

前往： 乘搭 Air Asia 由香港至吉隆坡再轉機至 Tawau，由 Tawau 機場乘穿梭巴士至 Tawau 市，然後乘坐巴士（約 1 小時車程）往 Semporna。



玳瑁是涉臨絕種生物，大家要好好愛護牠。



鵝鑾鼻的白色燈塔。

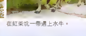
04 Lifestyle travel

墾丁 兩天小旅行

墾丁三面環海，造就了很多奇特的海岸地形，而且海域清澈，並擁有豐富的動植物生態資源，一趟2日1夜之旅，配合緊湊的自駕行程，才僅僅能欣賞到墾丁的重要旅遊點。



插上旗幟，以示台灣最南端。



在紅柴坑一帶遇上水牛。

Info

前往： 在高雄火車站前乘坐往墾丁之巴士（屏東客運、高雄客運、中南客運、國光客運）。行車時間約3小時。下車處為鵝鑾鼻或墾丁大街。自駕為往來高雄墾丁及當地各景點最便利之法。高雄租車公司網頁：小馬租車 / www.ponyrent.com.tw 或 春天旅遊 / spring-travel8.myweb.hinet.net

墾丁市內公共交通： 街車路線：來往鵝鑾鼻、船帆石、墾丁大街、南灣及海洋生態博物館。詳情：www.ptbus.com.tw

走到台灣最南端

鵝鑾鼻〉龍磐風景區〉風吹沙〉墾丁大街

到預約好的民宿放下行李後，便先向鵝鑾鼻出發！鵝鑾鼻的白色圓柱形燈塔是全世界唯一的武裝燈塔，從這裡沿步道走便能到台灣最南端海岸，觀賞遍佈珊瑚礁石灰岩地形。回程途經風吹沙、龍磐風景區。風吹沙是一條沙河，由停車處至風吹沙須經過一個風口，該處地勢險要，而行者都要忍受沙子打在皮膚上及吹沙入眼的痛楚，頗有挑戰性的。龍磐風景區是沿岸一塊上升的石灰岩，在這裡可見石灰岩洞、滲穴、崩崖等溶蝕地形。晚上返回墾丁大街，各類小吃、飾品街邊攤販正好開檔，隨便逛逛吃吃，便回民宿休息。

戲水賞珊瑚

紅柴坑〉船帆石〉南灣

為了爭取時間，這天早上便起行，先到紅柴坑。紅柴坑是恆春半島西海岸的小漁港，附近的海底是墾丁地區珊瑚種類最多之處，在港口旁有一座外形像香菇的涼亭，對出海底下有一座全東南亞最大的扇形珊瑚，令人嘆為觀止，因此不少潛友也專程拜訪。不好潛水的話，到此亦可欣賞珊瑚礁海岸，再往觀船帆石。見識了於香蕉灣及小灣之間，因形狀似一艘帆船而得名的船帆石，便順道享受陽光與海灘。中午返回墾丁大街用膳，再步行至墾丁最寬闊、最熱鬧的海灘——南灣，任玩各類型水上活動：划水、衝浪、風帆、水上摩托車、橡皮艇等，不知不覺，就在這兒花去了大半天。匆匆兩天若意猶未盡，又時間許可，不妨在墾丁多過幾天慵懶假期，才起行返回高雄。



仲夏的南灣非常熱鬧，在此可任玩各項水上活動。

動作聲音感應警示 IZON View

如果你只有一部 iPhone 的話，可考慮在家中安放一部攝影機 "IZON View"，讓你可以隨時隨地透過 iPhone、iPod touch 或 iPad 上的 IZON app，將家中影像與聲音感應警示透過推送通知傳送至你的 iOS 裝置，你也可以藉此觀看攝影機的即時直播內容，讓你密切留意家中、小孩、寵物或其他重要場所的最新狀況。

高度：7.64 吋 /19.4 厘米
寬度：3.15 吋 /8 厘米
重量：0.73 磅 /331 克
長度：2.13 吋 /5.4 厘米
售價：$ 2,598
查詢：store.apple.com

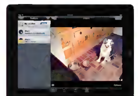
iPhone 變身 防盜監測

不少人都知道 iPhone 6 即將推出，新一輪換機熱潮即將上演。不過除了 trade in 之外，其實 iPhone 也可以變身成家居防盜器。如果你家中有寵物、小朋友或老人家的話，又或想知道家中傭人有沒有偷懶，不妨將自己的 iPhone 變做防盜利器！

TEXT · RINGO DESIGN · CARMAN

打孖 iPhone 軟件防盜 Presence

當你買了即將推出的 iPhone 6 而又不想將舊的賣掉，可以嘗試使用這款 "Presence"。將一部放於家中，連接電源及 Wi-Fi 鏡頭對準家中；另一部用來監控家中情況。當有異動例如賊人闖入時，程式可以感應到畫面有移動跡象並自動即時拍照或攝錄短片，再以電郵通知屋主。當然除了兩部 iPhone，它也可以接駁 iPad 以及各種蘋果產品。



版本：2.1.1
容量：24.8 MB
語言：英文
售價：免費

"Presence" 費用全免，不作防盜之用的話，也可用來看守家中寵物及老弱，透過視像鏡頭通話。利用 2 部舊 iPhone、iPad 或 iPod Touch 即可使用 "Presence"

全方位智能家居服務 世保智能家居

如果想在防盜以外加入更多智能家居功能，可以下載這款「世保智能家居」，下載後你可以透過 iPhone 控制燈光、窗簾、電器、煤氣、遠程監控、防盜報警以至一切娛樂設施，在任何地方通過軟件輕鬆掌控家中設備，更可設置環境感應，並可以自由設置與場景聯動效果。軟件內的所有數據都可同步更新，跟手機、平板電腦等終端控制設備的數據實時同步。

版本：2.0
語言：中文
容量：10.3 MB
售價：免費

熱能感應 x 即時播放

現時一眾家居防盜的監察器，均會利用熱能感應以及即時播放兩大功能。熱能感應根據體溫、大小及重量分辨屋外可疑的移動物體，甚至還有軍用保安技術，透過特定係統，按照物體的動作速度等辨識可疑物體，而即時播放則經過固網寬頻或無線 Wi-Fi，即時傳輸至智能電話或平板電腦上，透過專用 apps 收看即時影像。



Be Yourself

Play by your own rules

TEXT · CLAUDIA & IVY Q
PHOTO · WAI (STYLING) 、 TEDD (SETTING) 及網上圖片
MAKEUP & HAIR · IRIS & BE @ HOOLALA
MODEL · ALINA. T @ MODEL GENESIS
WEDDING DRESS · VIVIAN LUK
SPECIAL THANKS · NALA
DESIGN · CARMAN & W

Vivian Luk ANGELFISH Classic Ball Gown
Hoolala DIY Floral Headpiece


Vivian Luk SEAHORSE Modified A-Line Ball Gown
Hoolala DIY Floral Headpiece
Love is a godsend gift
層層疊疊的綠色 ruffles，
就像溫柔的絲帶，
包圍著對未來充滿盼望的你，
同時讚頌那份純粹無污的真摯愛情。



Vivian Luk PEARL Classic Ball Gown

As beauty as blossom

代表著甜美、溫柔和純真的粉色，
幻化成一個個浪漫迷人的花蕊，
伴你踏上璀璨閃耀的新一章。


Vivian Luk SEAFAN Two Tier Ball Gown
Hoolala DIY Hair Accessories
The real fairytale
結合 Peplum 及 Mermaid 的設計，
配合精細的斜紋，
讓你化身線條優美的美人魚，
在幸福路上搖曳生姿。

Soft & Drappery - From $32,000
Simple Structures - From $52,000
Sophisticated Embellished - From $68,000
Intricate Engineering - From $98,000
ONE-OF-A-KIND - From $128,000

The only Dress

婚紗是愛情秋收的果實，也是緣分的印證，同時象徵著女生即將邁向人生新階段。少女們自小憧憬披上漂亮婚紗，踏上紅地毯，與心愛的人在進行曲中徐徐地步入教堂。明白到婚紗對每個女生的重要性，我們特別請來本地著名婚紗設計師 Vivian Luk，分享選擇婚紗的要訣。

我就是我

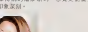
Vivian 是 Vera Wang 之得意門生，更曾為 Keira Knightley、徐子淇、郭晶晶等明星名媛設計婚紗及晚裝。外表溫文爾雅，衣著簡單輕便，一副鄰家女孩模樣的她表示：「誰說 fashion designer 的衣著就要出位大膽？我本身是一個 down to earth 的人，雖然喜愛創造華衣美服，但卻不想被衣服束縛。只有在穿著簡單衣著的時候，我才能輕鬆自如地設計，正如新娘們也不應被旁人的意見所左右，應追隨著自己的個性及喜好，去挑選一款最能表達自己的婚紗或禮服。」

度身訂造專屬嫁衣

提供 custom-made 晚裝婚紗服務的 Vivian，最享受跟客人一起創作婚紗的過程。「相比起潮流，我認為新娘的個性、氣質對婚紗設計更為重要。一件好的婚紗要合身，揚惡揚善，同時應為新娘增添自信，自在地表現自己。所以我很著重與客戶緊密的溝通，不但會問大量問題，更鼓勵她們分享自己的意見。」然後 Vivian 便會基於客戶獨特的故事及個性，再加上一些令人意想不到的細節點綴，度身訂造出自此一家的專屬嫁衣。「準新娘們在籌劃婚禮時，與其要求自己 100% 去掌握每個細節，不如放鬆一點，預留 5% 的空間作為臨場的驚喜。也別忘記要笑，因為笑容絕對是為婚紗加分的最佳配飾。」



Vivian 建議準新娘可選擇較大膽的顏色，配合簡單傳統的婚紗款式，感覺更艷麗突出，使人印象深刻。





Vivian Luk
Wedding Dress Designer

Vivian Luk Bridal Atelier
地址：跑馬地奕蔭街 13-15 號
查詢：2891 8311



The World's Wedding Blitz

閃婚熱潮在全球蔓延，向來有「閃婚聖地」之稱的美國拉斯維加斯，當然變得更加旺場。當地白色小教堂四處可見，婚姻登記處更全年無休，讓來自世界各地的閃婚情侶不受時差阻礙，在激情浪漫的異國風情中，隨時隨地向彼此說聲 Yes, I do！



抓緊幸福 戀愛速戰

在拉斯維加斯，幾乎每個大型賭場度假村也擁有自家的獨特婚禮教堂，是不折不扣的婚禮天堂。在 2013 年，拉斯維加斯位處的克拉克縣（Clark County）便處理超過 8 萬宗婚姻登記，任何國籍的人士只需三大手續程序便可完成婚禮儀式，「速戰速決」展開一生幸福。



夢想婚禮 熱愛啟航

為讓熱戀情侶更容易飛往拉斯維加斯這個「蜜月之都」，美國達美航空 Delta Air Lines 於 6 月 18 日推出香港至西雅圖直航航線，當中的「飛凡商務客艙」服務，不但讓每位乘客擁有獨立走道，還可體驗 180 度全平躺座椅及威斯汀天夢床寢系列。餐飲方面，乘客可享用配有葡萄酒的五道佳餚，感受不一樣的舒適旅程。

查詢：www delta.com

極速婚禮 三大步驟

1. 年滿 18 歲的申請人必須親身前往婚姻登記處，出示身分証明文件及辦理結婚手續。
2. 手續辦妥後，新人將獲發一張結婚執照（US$60），並可於市內教堂舉辦婚禮，屆時應把結婚執照交予合法主婚人簽署。
3. 完成婚禮後，把主婚人已簽字的結婚執照交還婚姻登記處，便可領取結婚證書。

克拉克縣婚姻登記處

辦公地址：201 E Clark Ave.
Las Vegas, NV 89101

開放時間：8am - midnight
（365 days a year）

官方網站：www clarkcountynv.gov



拉斯維加斯著名婚禮勝地

1 位於 Bellagio Las Vegas 的兩座教堂，分別能容納 130 及 30位賓客 裝潢典雅精緻 部分配飾更由意大利知名 Sereotto 家族所製。
查詢：www bellagio com

2 在充滿意大利情懷的 The Venetian Las Vegas 舉辦婚禮 感受不一樣的浪漫與詩意。酒店亦提供浪漫住宿套餐及各式宴會服務。
查詢：www venetian.com

3 Golden Nugget Las Vegas 的婚禮專業顧問，細心安排教堂、菜單、音樂、鮮花、套房等各個細節，讓新人輕鬆籌備海外婚禮。
查詢：www goldennugget com

From head-to-toe,

be a perfect bride!

新娘，都憧憬自己在婚禮上花枝招展地贏盡眾人的注目和掌聲。
然而，她們大多只著重於肌膚及體態的保養，每天努力不懈地敷面膜、
做運動，卻忽略了頭髮呵護。直至結婚當天，
即使髮型師的技藝如何高超，也難以將一頭黯淡無光、
乾燥難打理的頭髮起死回生，結果，直接影響髮型的整體觀感，成為婚禮
上的一絲遺憾。要於結婚當天由頭到腳，展現最美一面，
今天起，先從頭髮護理開始！



髮尾修護精華 $62　100g
抑制紫外線對髮絲帶來的傷害　防止髮絲分岔、斷裂。

香精蜂蜜護髮油 $72 / 60ml
深入滲透　修護受損髮芯，讓髮絲回復水潤柔順。

美造　最美一刻

頭髮是人的第二張臉，一頭漂亮的秀髮能讓人生色不少。所謂「細節成就完美」，要當完美新娘，於婚禮當日散發魅力，日常對秀髮的呵護絕不能鬆懈。然而現代女生經常電染及吹整頭髮，容易令髮絲受傷、變得脆弱，出現毛躁、分岔、乾枯，打結等種種問題。想要回復順滑髮絲，就像肌膚需要修護精華一樣，受損秀髮也急需密集修護。日本護髮品牌 MA CHÉRIE 最新推出免沖洗修護產品：香檳蜂蜜護髮油及髮尾修護精華，加入獨創的香檳蜂蜜精華，令髮根至髮尾回復柔順幼滑、加上豐富的花果香，使婚禮彌漫著浪漫香氣。

MA CHÉRIE 的產品，能針對新人結婚前後的實際需要。品牌推出飄盈香檳系列和絲滑香檳系列，修護同時保濕，適合擁有不同髮質的準新娘每天使用，讓秀髮柔潤不打結，為百變造型作好準備。結婚當天使用護髮噴霧，即時補水滋潤，迅速撫平蓬鬆髮絲，於造型前使用，更有效抵禦毛躁感、讓獨特造型持久散發光彩。

婚前婚後　美麗不變

籌備婚禮的時候，準新娘樣樣事情也講究十足，婚紗、妝容，髮型均一絲不苟。然而，當婚禮完成後，不少人立即打回原形。舉個例，婚禮後很多新人都隨即出發 honeymoon，而當新娘子一頭秀髮經歷了婚禮上的多款造型後，還來不及休養生息，便要跳上機艙內面對另一場挑戰，一場對秀髮的乾燥戰，實在一刻也不能鬆懈。說到底，honeymoon 是婚後第一個約會，女人應以約會的心情來整裝待發。而法文 "MA CHÉRIE" 解作「我最重要的人」，貼切地道出新婚前後的甜蜜心情。於婚禮後，不妨使用香檳護髮精華，深層修護經過一整晚拉扯的秀髮，讓你時刻保持著完美姿態，從此展開溫馨幸福的美滿人生。



AIR FEEL 飄盈香檳護髮精華 $89 / 180g
深層保濕及柔軟髮絲，賦予髮絲亮澤與彈性。

保濕護髮噴霧 $68 / 250ml
為乾旱蓬鬆髮絲迅速補水滋潤、即時撫平翹起外翻髮絲。

All From **Lukfook Wedding Collection**
18K Gold Diamond Necklace,
Earrings, Bracelet &
Engagement Ring



Natural elegance for day & evening

「新娘不應只單靠日常化妝的喜好來決定大婚當日的妝容，還要因應禮服、珠寶和宴會佈置而作出調整。假若穿戴一些重型婚紗或首飾，妝容愈清淡愈好，濃妝反而會把氣質掩蓋。晚上則可輕輕加深唇色與下眼線來配合宴會廳的柔和燈光。護膚方面，建議不要在婚禮前 3 個月換轉護膚品，曾有不少新娘因此導致肌膚過敏，弄巧反拙。如果婚前受到痘痘困擾，千萬不要擠損它，因為紅腫的瑕疵還可用化妝品修飾，受傷脫皮的部位卻難以補救。新娘只要著重保濕與休息，好好控制情緒，便能讓肌膚展現最美麗一面。」



Iris Chu
Makeup Artist
@ Hoolala

Romance of a lifetime



位於沙田城門河畔的麗豪酒店，為新人提供多個婚宴場地，包括聚賢廳及麗豪廳兩個富麗堂皇的大型宴會廳。
查詢：2132 1178



香港黃金海岸酒店共有14間貴賓廳，歐陸式裝潢瑰麗典雅，寬敞實用，適合舉行小型酒會及大型酒席。
查詢：2452 8673



香港迪士尼樂園度假區的婚禮宴會廳瑰麗堂皇，當中包括以灰姑娘、睡公主及米奇米妮為主題的婚宴場景。
查詢：3550 3369

Artistic Wedding Crafts



堅持 100% 親手製作時間不菲，但每次創作出獨一無二的紙花球時，Winnie 認為這是對新人最好的祝福。

選用優質的日本或法國紙張，經精心切割後，花瓣變得活靈活現。

歐洲紙花婚禮藝術

經常前往歐洲參加婚禮，Royal Tiaras Bridal Art 創辦人 Winnie 發現當地人行禮時非常喜歡使用紙花球，自始對這精緻典雅的工藝深深著迷，於是親身拜會法國紙花大師，學習製作技巧，最後更把這門手藝帶入香港。為了保持紙花球的工藝質素，無論選材、設計，製作也由 Winnie 一手包辦，「我會因應準新人的性格與愛好，為他們度身訂製最合適的款式，有人偏好復古格調，有人鍾情繽紛色澤、有人獨愛黑白型格，色彩配搭沒有一定法則，只須配合個人風格便好。」

Royal Tiaras Bridal Art
地址：中環士丹利街 22 號登寶大廈 5 樓 501 室
查詢：3468 2052

本地設計玩味婚禮

不少年輕新人為追求清新簡約的婚禮，寧願摒棄名貴華麗的傳統配飾。設計師 Zoe 便遇過一些特意前來尋找本地小品式首飾的準新人，「他們也有一個共同目標，就是要為自己創造一個與眾不同的婚禮。他們不想在連鎖店購買那些大量製作的珠寶，並希望在環保及經濟大前提下，找到一些日後也可經常佩戴的款式。他們還跟我分享 pre-wedding 和 big day 照片，作為設計師真的很高興看到客人的婚禮能保持獨特性！」

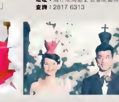


ZO-EE Accessories Select Shop
地址：灣仔港灣道 2 號香港藝術中心 2 樓
查詢：2817 6313



1. 本地設計師 Zoe 認為婚禮應該富有個人色彩，不應隨波逐流。
2. 跳開傳統金器及珠寶的框框，由本地設計師創作的配飾，能為婚禮帶來多一點輕鬆跳脫的感覺。
3. 造型別致的紙製頭飾，讓婚照變得耳目一新，成為不少年輕新人的攝影道具。





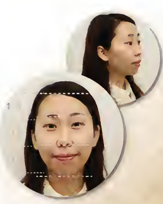


Restylane®
瑞然美

美麗隨「心」擁抱 Restylane 心形臉療程



人人與生俱來都有自己的臉形，但不論是包包臉、瓜子臉、鵝蛋臉，你也可以擁有夢想的心形臉。近日，標誌著漂亮、青春的心形臉被受熱捧。為了令大家更了解這股美麗魔力的吸引之處，筆者訪問了3位自薦接受Restylane瑞然美心形臉療程的朋友，她們的夢想同樣是希望更標緻動人，擁有獨特、自然的心形美。



Sophia：希望透過Restylane心形面療程改善面部比例及五官輪廓

心形臉 1.618黃金比例

最理想的臉形應是一顆正向往上的心形，這個心形臉比例是以古希臘1.618理論，利用縱向三分法及橫向五分法的臉部黃金比例而成的概念。根據一些網上心形臉分析，女明星范冰冰、關之琳、張栢芝及黎姿等都擁有一顆心形臉，是天生大美人，卻又能顯現各自獨特的美態。

不是人人天生都擁有心形臉，先進的科技卻可令臉部比例變得完美。Restylane瑞然美長效透明質酸療程獨有的NASHA®粒子技術能切割不同大小粒子以迎合不同造型的需要，可全面提升肌膚緊緻度、蘋果肌飽滿度等，令臉形看上去更加立體，猶如一個正心形，飽滿而富彈性，效果自然。再配合專業醫生提供的個人化方案，讓接受療程者既可保留個人的臉部特點，又不會變了另一個人。年青及精神奕奕的臉龐，令人自信滿滿，可謂小改變，大改善！

Text/Yu Design/garnet.hk (資料由Restylane提供)

全面提升 締造專屬心形臉

Restylane心形臉療程不單令你更年輕，更可因應不同個體的獨特性而調整臉部比例，令人更美麗，更添自信。



Sophia Cheng
從事醫療工作

感想：醫生非常專業，他不但幫我改善眼紋及黑眼圈問題，同時亦幫我修飾鼻樑、鼻頭及下巴等位置，令輪廓更有立體感，臉形亦有所改善。療程後，很多同事和朋友都覺得我看起來比以前更精神、漂亮。



Vivica Ip
從事醫護工作

感想：面部有點不對稱，但我接受不了改頭換面的大改造。Restylane療程效果很自然，容易接受，過程又快捷，第二日已覺得自己「靚咗、精神咗、皮膚都好咗」，擁有屬於我個人的心形臉。令我最開心不及是朋友、親人、同事都留意到我的轉變，紛紛問我是否轉用了護膚品及化妝品。



Macy Tai
從事銷售工作

感想：我是準新娘，一直覺得自己臉部輪廓不是太分明，拍照時不太上鏡。完成療程後，蘋果肌變得飽滿，鼻樑、鼻頭及下巴亦明顯了，令臉形變得立體。很滿意療程效果，有信心做一個靚靚新娘！

標籤識別 嚴選正貨

全球已有70個國家，逾2,000萬人次使用Restylane 瑞然美長效透明質酸療程，作美化輪廓、深層補濕、刺激膠原蛋白增生等，效果自然持久。Restylane為非動物性穩定透明質酸，與人體自然產生的透明質酸相似度達99%，高效安全。產品是首個獲歐盟(CE)及美國食品及藥物管理局(FDA)認可的長效透明質酸，亦是香港衛生署表列醫療儀器。Restylane原廠正貨更貼有雷射標籤，讓消費者更易於識別。



原廠正貨標籤









www.restylane.com.hk www.facebook.com/restylane.hongkong

特別鳴謝：







Wellness

合作伙伴：







You are my Destination

人生最羅曼蒂克的一刻，理應是新娘與新郎二人專屬的時光，可惜總會出現了一些意見多多的家人或朋友，成為婚禮上的「第三者」。旅行結婚，能讓新人帶來多點私密空間，並可省去一些繁瑣禮儀，減輕心情、時間、經濟三方面的負擔。

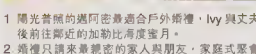
一個“Why Not”的婚禮

為避開擾人的婚禮籌備過程，Ivy 與未婚夫藉著到美國探親的機會，順道於邁阿密註冊結婚。「我認為港人慣性用一年時間來籌備婚禮實在太誇張！」期間有美國朋友提醒她要嚴選當地化妝師，因他們大多不能拿捏東方人輪廓。為免卻煩惱，Ivy 索性替自己化妝，並由丈夫紮頭髮，朋友興奮回應“Yes! Why not?”，「香港婚禮雖然喜慶，但準備工夫太沉重，反而外國人簡單隨意的方式更讓我嚮往！」

幸福才是最佳主角

婚禮在一個私人果園舉行，Ivy 表示外國環境不僅比香港優美，價錢亦合理得多，服務也沒那般公式化，而果園主人的安排最令她窩心，「他會先了解新人的喜好才設計菜式，例如為我們度身炮製了一頓法國亞洲混合菜。他甚至私下改動了兩次餐單，務求每道菜也能與餐酒完美配合。」此外，Ivy 認為新人不應被所謂的 must-do 清單綑綁，「我們沒安排場地佈置、沒拍攝 pre-wedding 照片、沒製作成長片段，全程只有一套婚紗一個花球。何需太在意這些身外之物？沒東西比面上幸福的笑容更美麗，更重要了！」

Estancia Culinaria
地址：Redland, Florida　**查詢**：www.estanciaculinaria.com



1. 陽光普照的邁阿密最適合戶外婚禮，Ivy 與丈夫後前往鄰近的加勒比海度蜜月。
2. 婚禮只請來最親密的家人與朋友，家庭式聚會令場面倍感溫馨動人。
3. 一對新人在小型石教堂中行禮並接受牧師的祝福，印象特別深刻難忘。



香港沙田凱悅酒店的草地花園達 5 千平方公呎，無際的藍天與九肚山山景盡入眼簾。
查詢：3723 1234

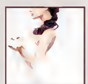


大婚當日的個人婚照，由 Ivy 任職攝影師的丈夫親自操刀，讓婚禮更富個人色彩。


Text by Sunflower Travel Service Ltd.
Overseas Wedding
Sanctus Chapel
充滿濃厚的貴族氣氛，是獨特的和洋教堂，以日本傳統屋頂作為場地入口，歐式教堂則以羅馬柱子作裝飾，12米高的天花盡顯典雅氣派，極具空間感。穿上和服於附設的日式庭園拍攝婚照，優雅迷人。
名古屋
華麗西式教堂
海外教堂除了臨海玻璃設計外，
想要具有地道特色或另類風格的教堂？
今期新華旅遊為您推介名古屋特色教堂。
從江戶到明治的輝煌時代，名古屋融合了和洋文化。
別具歷史的明治懷舊風，與維多利亞時代的英國貴族風
建築，華麗而優雅，在此地舉行婚禮兩者兼備。
St. Carbonck Chapel
重現19世紀歐洲輝煌時代的建築，具有哥德式高聳尖塔外觀，內部仿法國禮拜堂而建，華麗的彩繪玻璃是來自英國的珍貴古董，藝術感濃厚。教堂附近更有被稱為「聖杯的泉水」的水池，喻意新人在神聖的環境舉行婚禮永遠被祝福著。
名古屋婚禮套餐二人價HK$42800起，套餐特別包括和服租用，可於附近日式場景和神社拍攝特色婚照，婚照CD相片更多達250張。(套票適用於即日至2015年3月31日的平日婚禮)
榮獲新婚生活易頒發
2014優質婚禮商戶
榮獲新假期頒發
2013最受歡迎主題旅遊套票
Sunflower
新華旅遊
婚禮專線：2722 9233
電郵：wedding@hksunflower.com
網址：http://www.sunflower.com.hk/wedding

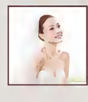
Bravo my Life

結婚，對女人來說是人生的轉捩點，婚後於社會上的角色亦會有所轉變，是開始新生活的時刻，因此不少女人都期盼著擁有完美而難忘的婚禮。為婚禮密鑼緊鼓地準備禮服、金器、婚宴場地、rundown 等外，別忘了你才是 big day 的主角，當然要把自己塑造成完美的新娘！



Angle Face

結婚當日會成為每一部相機的主角，要凸顯自己的輪廓，Angel Face 推出了完美新娘美肌組合，重點促進膠原再生及提升肌膚質素，同時讓你紓緩緊張情緒，成為美麗的新娘。



Oasis Beauty

新娘要締造細緻的妝容，首要條件當然是無瑕嫩肌，可選擇 Oasis Beauty 的 VOW 三極高效活膚療程，只需一次療程即可望追零毛孔及無紋的 V 臉，首次試做可以優惠價 $388 體驗，優惠期至 2014 年 6 月 30 日。



新華旅遊

為締造難忘而特別的婚禮，很多人會選擇旅行結婚、新華旅遊推出獨家的沖繩 Manne Bijou Chapel 度假酒店婚禮優惠，新人可面對著一望無際碧綠色的海洋，並許下愛的盟誓。



釘屋

擁有自然美麗的裸妝是近年不少新娘子的要求，釘屋引入韓式 Nuda 持久化妝術，能締造個人化的眉形、眼線及粉潤蜜唇，無須天天化妝便能體驗自然而長效的裸妝。











Mentholatum

擁有一雙炯炯有神的靈魂之窗，當然不能缺少對眼睛的保護。樂敦 C³ Cool+ 隱形眼鏡潤濕液蘊含獨特冰涼成分及添加角膜保護成分，專為配戴隱形眼鏡人士使用，長效滋潤眼睛。

Ma Chérie

為配合不同類型的婚紗及禮服特色，髮絲少不免需要被電染及吹整出多個造型，Ma Chérie 推出免沖洗的香檳蜂蜜護髮油，能深入修護髮芯，吹髮前使用，能保護髮絲免受傷害。

PPC 神纖油

穿上華麗的嫁衣，當然不能被身上的贅肉影響整體的美感。來自韓國的 PPC 神纖油採用獨特的三大醫學燃脂配方，勢力能夠深入脂肪層，改善新陳代謝並加速血液循環。

Restylane

在年輕美麗的時刻出嫁是女士們的心聲，Restylane 透明質酸系列產品能夠對抗皺紋，面部塑形，緊緻肌膚及保濕嫩白等，效果即時顯然而見，能夠長效達 9-12 個月。



THE NEW SUIT

日復日，年復年，都市人被困於工作中，
時間緊鎖在辦公室；身體套上的是黑白灰套裝，
沒有自我沒有自由沒有自主。
革命不一定是大轉變，
卸去黑西裝，衣衫添上圖案，
灰白的生活也能抹上色彩；細碎無意義的人生也得以重組。

TEXT · KIMMY & ELTON5WK PHOTO · MICHAEL (MODEL) · TEDD
MAKEUP & HAIR · PHYLLIS KWOK MODEL · BOW@ SUN ESEE MODEL DESIGN · MAVIS

Atsuro Tayama blue & white stripe blazer $6,695 (a)
Atsuro Tayama blue & white stripe skirt $tbc (a)
H&M black ruffled vest $399 (b)
Marimekko blue & green necklace $tbc (c)
Amdacious black leather bracelet $390 (d)
H&M black ankle boots $499 (b)



Black Fleece by Brooks Brothers
orange & white blazer $9,800 (e)
Black Fleece by Brooks Brothers
white vest $950 (e)
Black Fleece by Brooks Brothers
blue & white skirt $5,950 (e)
H&M black hat $199 (b)

Kookai mu[illegible]oral print jacket $tbc (g)
H&M brown & [illegible] stripe long dress $499 (b)
Amdacious black leather clutch $1,290 (d)
Chloe brown & gold sunglasses $tbc (f)
Marimekko multicolor brown & red wood bangle $tbc (c)
H&M brown & gold animal print sandals $249 (b)


衛訊 WILSON
SONY
足球小將
攻呀攻 快搶攻
Xperia™ Z1 Compact
小巧機身，旗艦功能
• 2,000萬像素相機連Sony G Lens 完美拍攝效果
• 4.3" IPS高清TRILUMINOS™屏幕，超凡視覺體驗
建議零售價 $4,298
精選推介
Xperia™ Z2
出色攝錄體驗
• 2000萬像素相機配備特大影像感測器，媲美數碼相機表現
• 4K高清影片拍攝，及全新「智Social」攝錄應用程式，玩味無限
建議零售價 $5,998
Xperia™ T2 Ultra LTE
大屏幕，大娛樂
• 6" 高清 IPS屏幕連纖薄輕巧機身
• 1300萬像素相機連Exmor™ RS影像感測
建議零售價 $3,198
購買指定產品，
即送 足球小將限量精品
萬能轉換插頭
湯杯
雨傘
冰杯
毛巾
喇叭
優惠期由即日起至2014年8月31日。上述優惠不可與其他優惠同時使用，所有貨品/贈品數量有限，售/送完即止，資料及圖片只供參考。如有任何爭議，衛訊保留最終決定權。
Wilson Communications
客戶服務熱線 8202 8699
www.wilsoncomm.com.hk
© 2001 2014 YOICHI TAKAHASHI/SHUEISHA·avex·TV TOKYO
ALL RIGHT RESERVED



05
Fashion
showcase
Kookai mul
Kookai black lace
Atsuro Tayama black
pencil skirt
H&M gold bracelet $69.9
SHOPLIST
(a) Atsuro Tayama 2187 7308
(b) H&M 2110 9546
Marimakko : 2203 4218
Amdacious 2367 3183
Black Fleece by Brooks Brothers
78 3800
(f) Marchon Eyewear 2814 6699
(g) Kookai 2921 2082
100





置富都會
Fortune Metropolis

置富Malls足球父子兵大賽

日期：6月15日(星期日)
時間：下午1:00
(港鐵紅磡站C出口)
人氣嘉賓：何雁詩、馮允謙







如於置富嘉湖、置富第一城、馬鞍山廣場、都會駅及置富都會換領禮品，必須持有一張電子貨幣單據(易辦事、信用卡、八達通)方可換領。

馬仔掛住你行李牌換領

6月14-15日
中午12時開始

顧客凡於置富Malls旗下指定商場內任何2間商店累積消費滿HK$300或以上(包括HK$200或以上的機印發票)，即可換取以下禮品：





圖片只供參考

© Maggiology

www.facebook.com/fortunemalls　　www.fortunemalls.com.hk





05
Fashion
showcase

1

2

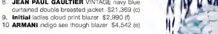
3

4

變種西裝褸

西裝原是西方國家的正式傳統交際服飾，亦是男性身分地位的象徵，但隨著時代轉變，西裝褸不再是男性的專利。自 YSL 從六十年代起打開女性西裝褸的序章後，這種正式傳統交際服霎時成為潮流單品，無論出席重要場合或是變身派對動物，都是城市男女的 must have item。現時西裝褸的設計更多元化，相信那些呆板的白領們，也應該藉西裝褸的蛻變，趁這個夏天改頭換面，轉變一下自己的風格，為沉悶的上班服添生氣。

1 **Daydream Nation** technicolor Scarecrow Boyfriend Jacket $4,200 (a)
2 **SUNO** duchesse-satin print blazer $3,300 (b)
3 **LANVIN** reflective silver washed lame blazer $25,696 (c)
4 **HELMUT LANG** seahorse print blazer $2,811 (c)
5 **Amanpapa** black and turquoise sunnies blazer $1,599 (d)
6 **ZERO + MARIA CORNEJO** `Nia` multicolor blazer $9,273 (c)
7 **VIVIENNE WESTWOOD** Arizona red stripe fitted jacket $3,430 (c)
8 **JEAN PAUL GAULTIER** VINTAGE navy blue curtained double breasted jacket $21,369 (c)
9、**Initial** ladies cloud print blazer $2,990 (f)
10 **ARMANI** indigo see though blazer $4,542 (e)



6

7

8



5

10

9

SHOPLIST

(a) **Daydream Nation** 2817 6313
(b) **The Outnat** www.theoutnet.com
(c) **Farfetch** www.farfetch.com
(d) **Amenpapa** 3148 9208
(e) **Yoox** www.yoox.com
(f) **Initial** 2449 4225


MERRELL
SELECT
TECHNOLOGIES
抗菌. 舒適. 耐磨.
OUT. MOVE.
Live for the moment with Swivel Nubuck at merrell.com.
抗菌減臭
舒適軟墊
抓地耐磨
Available at
MiRABELL

05 Fashion local



Simply Pleasure brown & white hemp one-piece $1,290





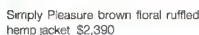
Indonesia handmade straw handbag $580

遊樂**生活**

Simple Pleasure

生活，就是衣食住行。有人要食得招積著得出色，有人追求的不過是舒適。小店「遊樂」的主理人 Shadow Kwan，是知名美食造型師及服飾設計師，把自己喜歡的日本概念「和、敬、清、寂」融入店中。小店不在大商場，不在繁鬧大街，隱身於寧靜恬逸的秀華坊，售賣自家設計的衣物，也搜羅各地民間手作工藝，貨品簡約卻透出品味，店裡一磚一木，洋溢素雅和風。

TEXT·KIMMY PHOTO·WAI DESIGN·LUBE



Simply Pleasure brown floral ruffled hemp jacket $2,390

店內的貨品，大多附有一張小卡片介紹，不止標示價錢，也分享店主關於生活的觀察分享。





Shadow 最喜歡這件夏裝，因為它前面用了夏天的麻布，後面為了不浪費用了冬天用的棉布，售 $1,490。

05 Fashion local

體貼衣裳



有人為了追潮流，不惜把粗壯的身軀塞入三尖八角狹窄無彈性的衣服中，Simply Pleasure 的衣飾，跟花藝、料理、茶道一樣，都是體貼客人的，用上綿、麻等天然的布料，剪裁不顯身材，卻讓燕瘦環肥的女士都穿著寫意舒服。而且服飾不為流行設計，而是希望客人可以長久穿著，這與講求快買快換的主流消費文化不同，是另類的環保美學。

「遊樂」主理人 **Shadow**

Red & brown floral print clogs $238

和敬清寂

當你處身物質豐盛的城市，人人追求擁有的東西愈來愈多，會使人與生活、人與環境、人與人的關係愈來愈複雜。Shadow：「有時候你因為便宜而購買，事實上你根本不喜歡那物件，放在家中你覺得『篤眼篤鼻』，最終拋棄它，就變成浪費。我喜歡簡單卻耐看耐用的東西，每事每物，生活中的一杯一碟，你時常接觸才會慢慢感受到它的氣質，人與物也可建立感情，這樣你才會惜物。漸漸你會明白自己喜歡的是甚麼，就是用得安心舒服的物件。」

日本在時裝界一直走得前，大家看到的是表面的璀璨，卻忽略了日本民族的底蘊。「遊樂」的出現也是治於 Shadow 對日本概念「和、敬、清、寂」的追求。時裝人深明甚麼是潮、爆、搶、型，卻對「和、敬、清、寂」一頭霧水，Shadow 解釋：「這是我在日本學插花時接觸的概念，和是指人與人或人與物之間的和諧，敬是對所有人與物都抱有尊敬之心，清就是清潔，保持事物潔淨，引申就是對它們有珍惜之心；而寂就是樸素的意思。」

Simple Pleasure
地址：灣仔秀華坊 3 號地下
查詢：2383 6933



Anthony Morato
夏日叛逆

始創於 2007 年的 Anthony [illegible]年輕設計師創立的潮流男士悠[illegible]主要是引領潮流文化帶來新衝擊。[illegible]2014 的春夏系列大玩洗水漸變牛仔褲[illegible]上[illegible]意加上破爛效果，藉此增添不少[illegible]味道[illegible]加置[illegible]帶的牛仔褲，展示了風度翩翩的公子形象[illegible]T[illegible]方[illegible]比較集中運用夏天大熱顏色，如白色[illegible]草綠色[illegible]底色撞上性感女水手、蝴蝶及大頭骷髏骨等[illegible]圖案設計，散發出一件簡單 print-tee 的獨有魅力。

TEXT › ELTON5WK DESIGN › MAVIS

香港首個圓形足球場

2,500呎、「睇」得又「踢」得的全港首個圓形足球場 Hollywood Rotunda 將現身荷里活廣場！讓你置身其中「睇」足64場直播賽事，兼可組隊落場「踢」出足球夢！



Hollywood Rotunda 免費借用球場服務

借用日期：6月23-7月4日・逢星期一至五（4-8pm）
於商場網站下載球場使用須知及球場借用申請表格：
填妥後交回，將有專人通知申請結果。
申請日期：6月2至30日（名額有限，先到先得）
查詢熱線：(852) 9276 4157（服務時間：6月2日至30日期間・逢星期一至五・10am-6pm）



足本64場賽事場場睇

日期：6月13日至7月14日
世盃賽事進行期間，場內大電視將全程直播64場球賽！
齊來與千人吶喊，感受現場一樣的熾熱氣氛！

更多足目盛事 Hollywood Rotunda 內即將上演

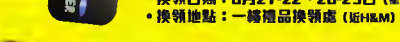
「足」目日期	「足」目時間	盛事詳情
6月14-15日 及 6月21-22日	9am-8pm	新城公益金慈善足球王盃 - 分組賽至決賽
6月15日	2pm	「足夢起飛」足球展翅企劃啟動禮暨慈善賽 嘉賓 黃翠如
6月28-29日 及 7月12-13日	12-2pm、4-6pm	全港青少年足球皇邀請盃 - 初賽至決賽
6月28-29日 及 7月5-6日、12-13日	2:30-3:30pm	「足夢之旅」訓練營 ・報名時間：活動當日上午11時起至換完即止 ・報名方法：消費滿HK$200（憑單一即日機印發票）即可參加。 歡迎8-13歲學童接受足夢訓練！



換領 Soccer Fever 智能電話流動充電器

賽程緊湊，更想時刻「機不離手」緊貼最新賽果？荷里活廣場送你流動充電器為你"叉足電"！

顧客於以下指定期間在場內消費滿HK$1,000（必須組合兩張不同商戶之即日機印發票）及捐款HK$40，可換領 Soccer Fever 智能電話流動充電器乙個，齊齊叉足電、睇好波！善款全數撥捐香港公益金。每日數量有限，先到先得，換完即止！



- 換領日期：6月21-22、28-29日（星期六・日）中午12時起（至換完即止）
- 換領地點：一樓禮品換領處（近H&M）



足球狂熱泊車優惠

6月1日至7月31日，駕車顧客只需出示足球圖案/照片，毋須消費，即享3小時免費泊車！





荷里活廣場PLAZA HOLLYWOOD

查詢☎：2118 8811







全球3,000萬支銷量鐵證

MISSHA B.B Cream專家

打造完美韓式裸妝

MISSHA一直帶領B.B Cream的裸妝潮流，成為第一個於香港推出B.B Cream的品牌至今，研創出十多款B.B Cream，全方位照顧不同肌膚需要，不斷將透薄自然的韓式裸妝推至極致，產品均屢獲殊榮，備受各界追捧，B.B Cream專家地位毋庸置疑。



*自2007至2014年4月全球銷量總計

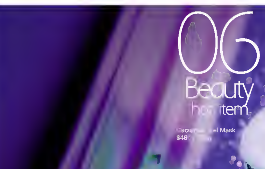












GOLDEN AGE

誰也不[illegible]「[illegible]其外」，[illegible]其中」，精明的女士不再只追求表面工夫，[illegible]望由內而外都散發美麗健康氣息。來自美國紐約，擁有[illegible]20 年歷史的護膚品牌 PeterThomasRoth，推出了新產[illegible]黃金原肌液」，它以 24K 金微分子珍貴[illegible]，[illegible]潤並活化每個細胞，促進肌膚代謝，而且黃金有良好導入性質，不但能中和及抵抗皮膚的自由基，同時啟動肌底微循環，加強儲存各種養分，令精華滲透事半功倍，皮膚更富光彩。如果配合青瓜舒緩保濕面膜，能迅速軟化肌膚，使肌膚柔滑亮澤。

TEXT · KIMMY PHOTO · TEDD DESIGN · CARMAN

查詢：3105 0053

粉刺、豆豆、油面 吸引力跌watt元兇

甜美外貌、溫柔可人，是眾男士心目中女神的特徵；幽默風趣，果斷自信，是型男的別號。可是，一面油光伴着粉刺黑頭，加上礙眼的豆豆，點算？

要keep住吸引力，就要啟動「零豆淨肌」！



零豆淨肌

擊退粉刺、豆豆、油面





「施巴」Clear Face 淨膚潔面泡

醫學護膚 展現吸引力





『施巴』
淨膚潔面泡

溫和細緻泡沫，深入淨化毛孔，有效去油除垢。醫學**pH5.5**配方，實証增強皮膚保護膜功能，預防粉刺豆豆形成。

如長有豆豆，獨特抗菌除豆成分Montaline C-40，醫學證實，使用4星期，豆豆數量明顯減少[1]。

『施巴』淨膚潔面泡經使用調查，獲**100%**香港大學生及**98%OL**滿意推薦[2,3]，用後肌膚爽滑潔淨。通過醫學測試，無鹼無皂、低敏溫和，避免刺激肌膚，配合敏感性、暗瘡性和健康皮膚。





100%大學生滿意推薦　98%OL滿意推薦

想進一步了解「零豆淨肌」秘訣？

請即登上 Sebamed Clear Face HK





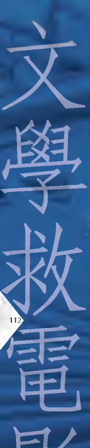




1 Kel, D.E.G. Jung, C.Bayerl: Effects of a mild detergent syndet cleanser for mild acne on skin barrier function. Am. Derm. Venereol., 128, S377 2002
2 根據2012年香港大學生試用調查報告　3 根據2008年Jessica Code讀者試用調查報告



經銷商 Mekim 美儉有限公司　產品熱線 香港 (852) 2774 8384 澳門 (853) 2870 3011





大眾總有種錯覺，認為文學作品是小撮人的玩意，現實又是否如此？近日《電影小說》一書出版，《奪命金》金牌編劇黃勁輝擔任主編，他鍾情文學，對電影又有一份使命感，今次越界創作，希望電影與文學會擦出動人火花。面對合拍片的強勢，香港再拍文學電影，能否殺出一條血路？黃勁輝請來作家陳慧、影評人陳志華，評電影，講小說，為香港電影燃點希望，正如陳慧一語驚醒夢中人：「文學是可以救電影。」

TEXT‧LING PHOTO‧WAI DESIGN‧BLUE

陳志華

筆名「孤草」，曾獲2006年度香港「中文文學創作獎」小說組季軍，第32屆香港「青年文學獎」小說高級組亞軍。香港電影評論學會會長，編有《2012香港電影回顧》(2013)。

黃：黃勁輝　**慧**：陳慧　**華**：陳志華

香港消失的小說改編電影

慧：其實文學(小說)對電影的影響真的很大。五十年代荷里活已充斥大量小說改編的電影，荷里活很多編劇都是小說創作家。

黃：對，但香港電影反而一直想要怎樣擺脫文學。你看Stanley Kubrick每部電影都改編小說，是香港才會這麼奇怪，要將小說跟電影這樣割離。

慧：在外國，一本小說出版，最先搶購的是電影studio，要買來拍電影。

華：從前香港並不是沒有小說改編的電影或電視劇，改編張愛玲、伊達的有很多，是八十年代開始才漸漸式微。

慧：對，五、六年代香港的電影工作者很厲害，連《雷雨》、《家春秋》都改編，然後又會很賣座。

(那為甚麼唯獨香港這麼奇怪，電影和小說之間出現一道鴻溝？)

慧：20年前，報紙有人寫小說是正常不過的事，但現在？我懷疑我是最後一個被報紙cut小說稿的作家，那個編輯當時跟我說，這年代已經沒有人看(本地)小說。

黃：從前的交通工具較慢，維港又闊，一程渡海小輪，你就看完一篇連載小說。

慧：以前作者是會培養出一班讀者，我小時候是看劉以鬯小說成長，用報紙鋪桌吃飯，我和爸爸會順道閱讀小說，那很平凡不過。從前TVB都會改編金庸小說，因為讀者群大，電影公司見有市場便會改編。

黃：文學與電影其實都出現養分問題。一來今天電影導演很少讀小說，二來小說的發展與市場愈走愈遠，純文藝小說就愈來愈小眾和脫離生活，流行小說題材則愈來愈狹窄。

慧：現時本地電影圈都沒有改編(小說)的習慣。電影界會說：「我看過你本書，都知講甚麼，那為甚麼還要拍成電影？」又或者，有些作品出現本質問題，會改編成另一個故事。



陳慧

香港作家，編劇出身，熱愛寫作，小說作品《拾香紀》獲得香港中文文學雙年獎1997年—1998年度的小說組獎項，已出版多本小說及短篇作品。



黃勁輝

2012年憑電影《奪命金》囊括中港台三地最佳編劇，包括台北金馬獎「最佳原著劇本」。早年參與編劇電影包括《鐘無艷》、《辣手回春》。同時熱愛文字，著有《變形的俄羅斯娃娃》(2013)，主編及策劃「文學與電影」叢書，現時編導文學家電影《劉以鬯》及《也斯》。

一場越界實驗

《電影小說》的出版，源於香港有不少越界作者，既熱愛電影，也寫出很好的小說。2012年12月，黃勁輝跟當時還在生的也斯提起這個《電影小說》的計劃，讓一些作家，如也斯、陳慧、陳志華等，就著喜愛的導演或電影類型而創作短篇小說。從現代文學出發，由魯迅棄醫從文的故事，一脈相承至張愛玲的電影感小說，《電影小說》著重畫面描寫和都市感，讓文字在字裡行間編織成電影畫面。



(你指《那夜凌晨 我坐上旺角開往大埔的紅 van》？)

慧：(眾人大笑)這個，你要問陳果。

雅俗共賞才是好作品

黃：這種發展很不健康。文學是一座城市的靈魂，電影當然是更巨大的工業，但要兩者結合，才會發揮相輔相成的力量。你去布拉格，別人有整座卡夫卡館讓你參觀，但沒有人知香港有文學、有作家，這裡只有商場。電影導演都覺得文學是遙不可及。在內地，文學與電影關係反而更密切，張藝謀這麼多年拍電影都有御用文學顧問，改編是家常便飯。

慧：電影上演，小說再大賣，可謂相得益彰，導演又不用煩惱何處找故事。在日本，有很多小說改編電影，連電視劇都由流行小說改編。忘了說，香港人的詞彙真的很奇怪，流行小說在香港與日本都有不同意思。日本人會說村上春樹的是流行小說，但來到香港，那是文學。

黃：我對這種說法都不明所以。莎士比亞當年都很流行，屬流行文學，為甚麼好(質素)的作品不可叫流行文學？好的事情才應該流行，但流行在香港卻成了負面詞語。

慧：我在香港出書時，經常遇到這樣的煩惱：不知我的書該放在現代文學或流行文學書架。若是前者，必定無人問津；若是後者，又覺得……(自降身價)

黃：更大的問題是，在香港，無論是電影與文學，都很少雅俗共賞的作品。我一直在想，是否可以將一些較嚴肅的文學技巧放到商業電影裡面。例如是 Christopher Nolan，技巧玩得出神入化，將 "Batman" 類型的商業電影轉換到另一種文藝的層次。你看 "Inception"、"Matrix"，在西方，真正的成功和商業的創作，全部都有文學背景，甚至有哲學理論在裡面，所謂雅俗共賞，就是將新的元素商業化地處理，在一個類型入面，加入仍然走得前衛的元素，而文學就是最好的選擇。





(《奪命金》就是如此？)

黃：對，商業一詞不一定是負面，不一定等於爛片。電影要前衛，但不會前衛得觀眾看不懂。有人說，觀眾被某些電視文化影響，做甚麼電影或劇集都照單全收，反而給他們太多挑戰，他們會看不懂，但是我不相信這一套，我從來不會低估觀眾，他們也在成長，他們也渴望新的東西。時代在進步，我們寫東西給這時代的人，一定要有新元素。文學不一定離地去表述，電影不一定是「商業」爛片，這是香港面對的問題。

(文學可以不離地？)

黃：《色戒》都好大賣啊，王家衛都說《一代宗師》是文藝片。

韓：香港總是對文學有偏見，覺得一講文學電影，就是偏門。

慧：其實還是看電影或導演的水準吧。《春光乍洩》敘事方法都很有小說味道。

黃：王家衛說他是用菲林寫小說的。

韓：他的菲林是稿紙。

消費本土

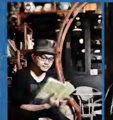
(近日愈來愈多電影忽然「本土」，以不能進入大陸市場作賣點，怎樣看這種「本土」標籤的現象？)

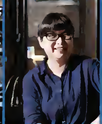
韓：現在所謂「本土」並不等於本土，要捂住。

黃：我對本土的理解，不是排斥其他文化，不是講粗口，我是想將一些香港有文化特色的文學介紹給外地人，現在「本土」的標籤是一種抽水。

慧：Exactly 是抽水這兩個字。從前《父子情》、《半邊人》和《英雄本色》就是真正地道，那時也有本土，為甚麼又要忽然出現這個 term ？







韓：都源自合拍片出現，令電影人和觀眾都陷入一種癲狂狀態，好多題材不能拍，所以現在就有個反彈吧。「本土」是與中港矛盾有關，有人認為這是一種電影的賣點。

慧：這是一種很討厭的 marketing。

黃：變了一種很即食性的文化。

(如果《竊聽風雲 3》合拍片 work，大家又會放棄「本土」作賣點？)

慧：那真是一種消費。我可以容忍一件事做得不好，但不 sincere 是很討厭的事情，因為創作本身便需要很 sincere。你看陳果的《香港製造》，技術上未必很好，但現在回看，那便是一種經典。他在港產片如此低迷時有此創作，並且不出自任何計算，他當時必須要這樣 sincere，因為他連菲林錢都沒有。到《香港有個荷里活》時，大概已經有所不同。

(在電影業如此內憂外患的時候，你們會想文學電影擔作一些角色嗎？)

慧：（笑說）我們找十個作家，寫十個短篇，拍一部《我愛香港》，就像《我愛巴黎》，（對記者說）你放心寫出來，沒有人會抄橋，因為無投資者會認同。

黃：像開初所說，好的電影都有文學想法。由李安到王家衛、關錦鵬，甚至許鞍華，都有一種人文關懷的元素，說故事一板一眼，而且有種創新性，不斷有新元素出。例如 Christopher Nolan 的《兇心人》，一打燈就知道他用後現代。

慧：但「後現代」這詞擺明趕客。

黃：文學和商業融合很很好，是創新的，但不會拒人千里， 又可以在商業上流行。

慧：所以，是文學救電影。



跟著花兒去旅行 go to Travel together 彰化

八卦山風景區，可參佛、賞鷹、森林浴；
王功漁港，可採蚵、戲蝦、觀夕照；
田尾地區，可讓你騎著單車遊賞遊花田、嚐美食；
鹿港地區，更是全台灣最具觀光魅力的鄉鎮之一，
充滿歷史點滴與獨特人文風情，是您來到彰化必遊的景點。



Changhua

陽光彰化旅遊卡

彰化縣政府竭誠歡迎您帶著閒適的心情
來認識彰化之美，感受彰化人的熱情，
一年四季彰化玩透透！
陽光彰化旅遊卡，一卡在手，優惠多多！
(不限國籍，人人都是VIP)



07
Culture

《微交少女》未夠老土

與30年前意識大膽的[illegible]相比，作為「新版《靚妹仔》」的新片《微交少女》[illegible]的卻是另一極端：一個關於賣淫、濫交、吸毒、離家[illegible]的問題少女[illegible]故事，最後告訴你，其實角色都在[illegible]愛，多少令人覺得有點老土。然而《微交少女》導演翁子光[illegible]老土全因想表達的訊息簡單而純粹：「其實我嫌唔夠老土，[illegible]作[illegible]返璞歸真。」

TEXT · JILLSANDY PHOTO · FRANKY D[illegible]



導演 翁子光

故事簡介

[illegible]代手機「微交網絡」作為主題，故事講述三個不同階層及生活背景的少女，命運交錯，三人透過手機微信認識從素未謀面到捲入牽涉黑社會及毒品的亡命尋人事件，更遇上當年《靚妹仔》主角 Irene 及「長樂街」Peter 仔，新一代叛逆青春在新時代再一次迸發火花

一樣的反叛

翁子光直言與其說《微交少女》是「新版《靚妹仔》」，倒不如說是 30 年後的致敬紀念作品。新片邀得原版《靚妹仔》演員溫碧霞和麥德和二人參與演出，令老觀眾喜出望外。翁子光說：「我和監製看似任性地在戲中加入好多《靚妹仔》片段，但其實只要溫碧霞和麥德和參與今次演出，效果就變得富生命力。觀眾只要望著他倆，自然有很多回憶湧現。」當年《靚妹仔》的情懷很重要，尤其新片片末，溫碧霞看到一名少女在便利店偷東西，那個她，就是昔日的自己。

每個年代的反叛都一樣，《微》和《靚》不僅題材一樣，連故事的起承轉合亦有點相似，尤其後半段劇情走向血腥暴力，更是有點借鏡的況味，大概「老土」也因此而生。但要數《靚》和《微》的分別，就是《微》裡人與人之間更疏離。翁子光說：「現在人人都用微信錄 voice message，表面上看好像跟傾電話沒甚麼分別，但中間卻可以有好長的停頓時間思考怎樣回覆，傾電話反應直接，無可能 dead air 5 分鐘才答對方。」

溝通工具便利了，但溝通能力卻嚴重下降。好像戲中一段，溫碧霞與女兒阿欣睇樓，溫碧霞說窗台大可以種花，阿欣卻轉身對著電話說了句粗話。有話不直說，作為母親的需要靠第二個圈子才得知女兒心意，無不可悲。

象徵 • 迷失

30 年前的《靚》已想告訴觀眾，墮落，一切皆自願，早已沒有逼良為娼這回事。而《微》則將這個意思推得更盡：《靚》的女角，全都為仔死為仔亡，墮落，好像還是為了愛，為了一個心儀的人；而《微》的男女關係，則在「客人」與男友之間，似有還無。學壞，純粹是迷失方向後的個人選擇。

翁子光指，90 後或 00 後的年輕人屬於迷失的一群，青春躁動，卻沒有人生方向：「年青人失落，處於一個不知所以然的狀態內，不知道自己想要甚麼。主角之一的阿欣是戲中較有象徵性的角色，她的失蹤，其實是有精神意義，大家都在尋找她，卻沒有人知道她有著怎樣的一個青春。」

是次翁子光找來《天水圍的日與夜》編劇呂筱華一起寫劇本：「其實好老土，我們都是好傳統的通俗劇（melodrama）編劇，呂筱華為故事提供了很好的女性視點。而我要求在故事中加入迪士尼、夢工場的戲軌：尋找愛、遇到挫折、遇到朋友，之後就是成長的痛；唯一不同的，就是這個故事不需要大團圓結局。」由於製作期緊迫，翁子光笑言未夠「老土」：「已盡量以角色先行，不以花巧的畫面渲染觀眾情感，讓觀眾花點耐性，踏實地慢慢從劇情或生活感代入角色——這就是我口中『老土』的意思。」Ⓟ





07
Culture
exhibition

以陶藝尋根

靜止的流動

香港原居民從前主要是漁民，但當捕魚業式微，漁民上岸生活後，漁民文化也漸漸被遺忘。藝術的其中一個作用，就是讓觀眾重新記起一些已被遺忘的事。作為漁民的第二代，藝術家黎海茜嘗試以靜止的陶藝作品，表現出海水流動的形態，讓大家憶起漁民文化於香港，仍有「根」的意義。

TEXT・JILLSANDY DESIGN・BLUE





岸上的漁民生活

漁民文化包括很多方面，水佬話、天氣預測、海產知識、漁船設計、海上生活的民間智慧等。主修陶藝的藝術家黎海茜（Joey）身為漁民二代，雖從未於海上生活，但對漁民文化認識甚深，全因父親經常與她分享昔日的海上逸事。黎爸爸不僅教 Joey 認識各種魚類，即使在飯桌上仍以魚類海鮮為主。光是看 Joey 的中文名字有個「海」字，便知道這漁民之家，即使上了岸，仍沒有完全脫離漁民生活。

藝術家創作，必須有親身的感覺與感受，現居鴨脷洲的 Joey 必須以水路往返南丫島陶藝工作室。生活日常離不開大海，令她逐漸對海獨特的美感和海水的多變產生幻想，加上漁民基因推動，促使她透過陶藝品表達這些想像，以及她對大海那份深厚情感的追求。

靜止中見動態

是次參展的陶藝作品，Joey 以特別的陶藝技術發掘水不同的形態、成分和特徵。其中一系列穿了洞的水杯，杯外佈滿藍色水滴，汗與淚之間的形態，表現出漁民付出的汗水，以及懷念大海之情。而白色陶瓷模仿冰粒逐漸溶化，沒有主觀透心涼之感，反而帶一點置身事外的冷靜客觀，純粹表現水冷凍後於室溫溶解的特徵。再風平浪靜，海水並沒有一刻停下來，是以無限符號中加上藍色水點，既是海水擺動的形態，亦表現出海水永恆變化，觀賞時，猶如置身海邊。

關於海或水的一切，Joey 作品表現得極富動態，而陶藝本來就是靜止的，是以展覽名稱定為「靜止的流動」其實甚為貼切，同時亦隱隱暗喻此時此刻已被定格的漁民文化：隨著本港保育海洋政策，港府於 2012 年 12 月 31 日實施全面禁止拖網捕魚，大規模捕撈作業消失，水上人家大量減少；然而漁民文化卻仍然可以在香港人的記憶中流傳，謹記本地的根之所在。

保育漁民文化項目

是次展覽，藝術家黎海茜特別與 Project Artist X（PAX）合作，是保育漁民文化項目（Project Jumbo）之一。PAX 與眾多藝術家、漁民和香港仔及鴨脷洲居民一起推廣漁民文化的承傳。此項目的首個重頭節目《藝 • 漁情》將於今明兩月間，在上環永利街舉行，活動包括藝術展、音樂會、研討會和工作坊等。

《靜止的流動》

時間：星期二至六
中午 12 時至晚上 7 時（敬請預約）
地址：鴨脷洲利興街十號港灣工貿中心
15 樓 1514 室由心畫廊

跳一場孤寂的探戈

《百年孤寂》的作者馬奎斯剛剛過身，一齣舞蹈劇作《寂 Solitarire》悄悄上演，
引旨這樣寫道：「你，曾經是我的百年孤寂。」導演及舞者異口同聲說，
有數句對白借題致敬，但作品主要是想探索孤寂心理。
一個人固然孤單，但在愛情關係裡面，
誰說兩個人的消磨就會令人不寂寞？探戈（Tango）從來是雙人舞蹈，
但若兩人互不協調遷就，正正表達出孤寂含義。

TEXT · LING PHOTO · WAI DESIGN · MAN



編舞及舞者
盧淑嫻 Mimi



導演
林倩嫦 Cathy

即興表達情感

《寂 Solitanre》很着重情感的表達，握令作品帶來很多即興演出。Mimi 從前都是預先編好舞步，一字不漏做出來，但今次她先理解概念，再在 live 時任由身體表達：「每次和舞者的對手戲都有變化，所以每場的效果都不一樣。編排是有穩定的好處，但失卻了情感的真實感，例如一個握手動作，不是說夾好要握手，而是表達出握手的心情。」

高跟鞋探戈

《寂 Solitarire》不是 tango 演出，卻是一個關於 tango 的延伸，並糅合現代舞蹈、文字、多媒體、話劇元素，呈現孤寂這種抽象又難以解釋的狀態。編舞及舞者盧淑嫻 Mimi 去年有個舞蹈作品叫《哼著對話》，有一幕講一個只穿一隻高跟鞋的女孩，在遍地的鞋裡找尋合適的另一隻，最後未能成功，寓意尋找另一半。《寂 Solitarire》今次的場景設定也是遍地高跟鞋，Mimi 解釋：「跳 tango 要一 pair 人，鞋一定要一對，人們總覺得單身是種缺失，但兩個人就一定不寂寞嗎？如果兩人跳 tango 夾不到，看起來就像打架。」雖然是現代舞作品，但舞者更想詰問的是，“tango” 一定要跳得這樣靠近嗎？正如關係的執著與放開，這跟寂寞很有關連。



獨愛非正式劇場

《寂 Solitarire》雖然是舞蹈作品，但 Mimi 抽走了很多 standard 舞步，反而將日常生活的動作舞蹈化。更有趣的是，《寂 Solitarire》會在一個非正式場地進行，觀眾與舞者距離很接近，可以做出一種藝術直接介入群眾的權力關係。導演林倩嫣 Cathy 說，雖然佈景要「朝行晚拆」，但是這在外國藝穗節等平民藝術活動特別流行。



《寂 Solitarire》
日期：6 月 14、15、21、22、28、29 日
時間：下午 4 時
地點：TC2 café. Workshop
查詢：www.aboutTHREEWOODS.com



殖民古蹟化身 型格酒店



Colin Seah
現為新加坡知名設計公司 Ministry of Design (MOD) 設計總監，曾被美國國際設計大獎封為 2010 年度設計師，兩次獲得新加坡最高設計獎項總統設計獎，因而被 "Monocle" 雜誌冠以「建築界新星」稱號。

每一個古舊的建築都有一個沉睡的故事，只要你懂得呼喚，就能把它的生命延續，進入全新的體驗。2008 年，聯合國教科文組織把檳城喬治市一座前英國總督 Norman Macalister 的官邸納入世界遺產之列，更隨即打造成型格酒店 Macalister Mansion，成為馬來西亞唯一 Design Hotels 成員。

TEXT · LING DESIGN · MAVIS

大師經驗之談

酒店將殖民色彩保留下來，加入現代化設備，在當代設計裡糅合傳統與現代的特色。古蹟由新加坡知名設計公司 Ministry of Design（MOD）的 Colin Seah 負責保育，將酒店打造成八間不同主題的套房，保存舊有的維多利亞式建築，特別是彩色玻璃的懷舊雕花窗、彩瓷地磚和雪白外牆，同時亦展現出充滿現代感的時尚設計。

Colin Seah 分享他箇中的設計心得：「我希望通過重新定義和提煉每個地方的獨有元素，感知它的核心，來創造新的空間，我把這叫做審近本質。」將一座建築的傳統神緒保存，再注入全新思維，拿捏絕對需要功力，Macalister Mansion 可謂經典的保育之作。



1. 充滿童話式的設計，與歷史悠久的官邸自然地融合，增添一份優雅。
2. 懷舊彩瓷地磚和雕花窗，配以摩登的吊燈和椅椅，夾雜著清新與懷舊的氣味。
3. 原有的旋轉樓梯，加上由當地藝術家 Low Chee Peng 以鐵線勾畫的總督夫婦輪廓，猶如在細訴過往的歷史故事。

「設計『智』識周」2014
Colin Seah 將現身「設計『智』識周 2014」，談談他如何靠近 Macalister Mansion 的本質，感知它的歷史背景，再提煉出這座玩味十足的酒店。
日期：6 月 23 至 27 日
地點：中環鴨巴甸街 35 號 PMQ 元創方
網址：www.kodw.org



POP 會員換：
PURINA® 貓食品禮包

Purina® 80 年來一直關注貓咪健康，研發多款適合貓咪的食品，讓貓咪既能擁有高級的味覺享受又能夠健康成長！ metropop 會員現在用積分即可換取營養滿分的 Purina® 貓食品禮包一份！

換領方法

Club metropop 會員於 6 月 18 日或之前到 www.metropop.com.hk 以 100 積分登記換領（名額 100 個）。

每份禮品包價值 $232，包括：

ProPlan 長毛成貓配方 3.5 磅 .... 1 包
Mon Petit 早晨系列貓罐頭 85 克 .... 12 罐

變象記的終端

工作乏味，家庭生活欠奉，連唯一的興趣，也只是逃避回家的藉口。人生絕望如此，到底還剩下甚麼？這是西班牙《變象記》“Elefante”（2011）的故事開端。此片風格奇幻，特效化妝逼真，當中的反思雖未及卡夫卡的《變形記》般深刻，但結局卻加添一份溫情。

TEXT · JILLSANDY DESIGN · MAVIS



諷刺人類營營役役

本片於 2012 年曾獲世界三大奇幻電影節之一的西班牙西切斯電影節（Sitges Film Festival）最佳短片獎項。故事橋段荒誕離奇，庸碌中年上班族大叔，重複平凡乏味的生活：工作、壁球、回家。在家中，大叔對著不跟他説話的女兒、一個不肯定主角是父親的小兒子，以及一個關係似有還無的妻子。不知道是為了讓妻子關心自己還是真的頭痛，大叔無端到醫院求診，竟診出罕見疾病「變象症」。病情來得極快，翌日起床洗把臉，他已面目全非。

原本已沒甚意義的工作和家庭，一旦真正失去，還是失魂落魄。已變成半人半象的大叔，連借酒消愁的能力都沒有，因為雙手已變成象腿，不能從貨架上拿下酒瓶。這時，他最掛念的，只有一家臨別前曾擁抱他的小兒子。片末鏡頭每每對準大叔的眼睛，演員也厲害，只憑眼神便能完全表達出角色情緒。而最終的結局，大叔已變成徹頭徹尾的大象，但他最渴望得到的關心，最後還是得到了。

人類營營役役，只懂重複過日子，卻忘記了生活最基本的渴求。反而變成一隻大象後，竟得到最基本的需要。大概，這是此片最諷刺，亦是最成功的地方。Ⓟ





“Elefante” 全片

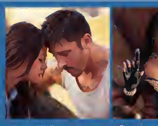
FILM



《歸來》

電影改編自嚴歌苓的長篇小說《陸犯焉識》。七十年代初，與家人音訊隔絕多年的勞改犯陸焉識，在一次農場轉運途中逃跑，令夢想成為芭蕾舞家的女兒丹丹承受巨大壓力。丹丹千方百計阻止父母相見，至文革結束，陸焉識終於平反回家，卻發現家中一切物是人非。尤其他深愛的妻子，因患病已不再認識眼前的他。生活變故，迫使陸焉識做出了最荒誕卻又最合理的人生選擇。

導演：張藝謀
主演：陳道明、鞏俐、張慧雯



《暴力禁區》"Brick Mansions"

美國底特律罪惡橫行，為了保障市民安全，當局將市內最危險的罪犯隔離，安置他們在令人聞風喪膽的罪惡禁區「紅磚區」(Brick Mansions)。「紅磚區」內以大毒梟查馬恩為邪惡核心，臥底探員迪文一直希望將他繩之於法。另一方面，希望離開禁區重過新生活的連奴，因為女友蘿拉被查馬恩擄走而心急如焚。同仇敵愾，背景各異的迪文與連奴，決定聯手對付查馬恩。

導演：Camille Delamarre
主演：Paul Walker, David Belle, RZA



MUSIC



"Shriek" by Wye Oak

一直以民謠搖滾為主要曲風的二人樂隊 Wye Oak，過去一年，成員二人分隔兩地，雖對未來一片茫然，卻仍把握一段獨處時光互相交流新點子，促成這張最私密的專輯。是次製作大碟時，由木結他換成合成器，電子味甚濃。'Before' 和 'I Know The Law' 富迷濛電音，而 'Sick Talk' 和 'Schools Of Eyes' 則完全讓合成器發揮極致。雖然曲風感覺跟前作不太相近，但仍然認出 Wye Oak 的旋律特色。

BOOK

《理想的簡單生活》



對作者曉菁來說，寫「媽媽」無疑是她的一大挑戰，當中要處理的感情可能比她寫任何一篇調查報道文章還要來得費力。這是教曉菁害怕的陌生國度，問題不是當媽媽便失去自己，而是為甚麼在香港當媽媽會這樣難？怎樣的教育制度和社會環境，令大家如此疲於奔命？媽媽的「偉大」，不止是為我們做了甚麼，而是作為先行者，示範如何面對這世界。

作者：陳曉蕾
出版：三聯（香港）

DVD

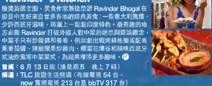


《妖魔行者》"I, Frankenstein"

靈感來自科學怪人，男主角繼承經典人物不朽的身軀，卻以闇黑使者的形象現身，顛覆常人的既定印象。傳說，二百年前瘋狂科學家法蘭斯坦妄想僭越上帝之位，創造了具有超能力的「科學怪人」阿當。法蘭斯坦死後留下阿當永生不滅的秘密，令正邪勢力都想奪取，好為自己建立一支最強的軍團，一向獨來獨往的阿當無可避免陷入這一場驚動人間的神鬼之戰。

TV

《拉芬妲的異國廚房》
"Ravinder's Kitchen"



獲獎英國主廚、美食作家兼造型師 Ravinder Bhogal 在節目中烹飪來自世界各地的經典美食：一些意大利風情，少許西班牙滋味，再灑上一點點印度特色。最有趣的地方必數 Ravinder 打破外國人對中菜的迷思與錯誤觀念，中菜不只有炒雜錦和春卷，例如創出蝦烤蘇格蘭蛋配香蕉番茄醬、辣椒腰果炒雞肉、椰菜花爆谷和辣味西班牙式油炸鬼等中菜菜式，為經典增添更多趣味。Ⓟ

首播：6 月 13 日起（逢星期五　晚上 7 時）
頻道：TLC 旅遊生活頻道（有線電視 54 台、now 寬頻電視 213 台及 bbTV 317 台）

pop choice

（廣告）



友邦香港升級版醫療保障

友邦香港明白大部分市民對自己及家人的健康甚為關注，特意提升一項深受市場歡迎的醫療保障計劃，全新推出「至尊醫療計劃（環球）2」，個人終身醫療保障額由 4,000 萬港元提升至 5,000 萬港元。另外，客戶若需要進行重建手術亦可獲得賠償。此計劃提供全面的環球住院及手術、門診諮詢及牙科等醫療保障。

雲陽推出德國雷司令嚐川品酌之旅

摩登川菜館雲陽即日至 6 月 30 日推出德國雷司令嚐川品酌之旅，以味道豐富多變的四川經典名菜，配搭多款果香清爽的白葡萄酒，呈獻夏日消暑盛宴。主廚陳啟德師傅另外設計出八道以鮮嫩牛仔肉入饌的重慶風味菜餚，配以獨特的四川辣椒及地道香料，為嗜牛一族送上不平凡的川味享受，即日至 8 月 31 日供應。

地點：銅鑼灣勿地臣街 1 號時代廣場 10 樓 1001B 號舖
營業時間： 12:00 - 16:00、18:00 - 23:30
查詢： 2375 0800
網址： www.MiraDining.com/Yun-Yan



Tree Top 送囍宴廚 • 藝私房料理

即日至 7 月 11 日購買任何 Tree Top 產品滿 $30 或以上（以單一發票計算），透過 SMS 把個人資料（姓名，身分証號碼首 4 位數字及收據編號）發送到 9176 9565，即有機會贏取 2 名囍宴廚 • 藝私房料理名額（共 25 份）。活動及獎品詳情可掃瞄二維碼或致電 2262 1527 查詢。



海港城史諾比展覽

海港城邀請曾與《花生漫畫》作者合作多次的日本史諾比藝術大師大谷芳照與一眾工藝大師，以多種日本最具代表性的傳統工藝製成多件富有濃厚東方色彩的史諾比藝術品，首次帶到香港。大谷芳照將於 7 月 14 至 20 日訪港，期間更會以特製毛筆於海港城即場繪製特別為是次展覽設計的「香港」史諾比巨形書法。

「夢不落」史諾比時光跑道巨型藝術裝置
日期： 7 月 16 日至 8 月 12 日
時間： 10:00 – 22:00
地點：海港城海運大廈露天廣場
查詢：2118 8666
網址： www.harbourcity.com.hk



都會海逸酒店「森巴狂熱」自助晚餐

都會海逸酒店的西餐廳於六月份推出「森巴狂熱」自助晚餐，其中巴西雞肉雜菜丸子以「先蒸後炒再炸」的烹調方式製作，外脆內軟，層次豐富。傳統巴西燒烤嚴選鮮嫩雞髀肉、頂級牛肉以及羊肉，其他巴西特色佳餚還包括巴西傳統芝士球、巴西黑豆燉雜肉、椰汁南瓜燴雞、香草番茄汁燴免治羊肉丸、芝士大蝦汁焗比目魚及椰香焗蟹肉等。

地址：紅磡都會道 7 號都會海逸酒店 7 樓 Promenade 西餐廳
查詢：3160 6880

星展銀行 2014 推廣活動

星展銀行（香港）推出 2014 年跨媒體的品牌推廣活動，展示對亞洲市場的觸覺及洞悉能力（Asian Insights）的深度和廣度，品牌知名度顯著提高，在過去三年飆升 67%。品牌推廣方案由平面及電視廣告首播揭開序幕，以「真知灼見」為重點，顯示銀行為富裕客戶群的「亞洲首選銀行」，以獨到眼光與高瞻遠矚為富裕客戶服務。

網址：www.dbs.com





新書推介《設計與文化漫遊系列》

"Central & Sheung Wan" 是香港設計中心與香港理工大學設計學院合作編纂的《設計與文化漫遊系列》第三冊，集中介紹金鐘、蘭桂坊、蘇豪和中上環四個地方設計氛圍，從建築和衣食住行生活不同層面發掘設計、藝術、歷史和文化元素，細味香港設計韻味和文化風情，而早前出版同一系列兩冊則分別介紹了灣仔和油尖旺。

售價：$120
銷售點：各大書店
查詢：2522 8688





「置富 Malls X 馬仔足球狂熱」

為慶祝父親節及迎接世界盃盛事，置富 Malls 準備了一連串「馬仔足球狂熱」精彩活動，人氣歌手何雁詩及馮允謙會於 6 月 15 日在紅磡置富都會作表演嘉賓，獻唱歌曲及與現場家庭進行「置富 Malls 足球父子兵大賽」。此外，置富 Malls 旗下 11 個商場亦安排了人氣馬仔人形公仔到臨，並推出窩心消費獎賞。

查詢：www.fortunereit.com

pop choice

（廣告）

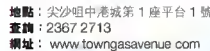


實惠世界盃送過千份獎品

為迎接這項足球盛事，實惠家居推出震撼大抽獎，由6月13日至7月3日，於實惠家居全線分店購買電視機或於家品部消費滿$150，即有機會贏取超過1,000份豐富獎品，包括$30,000康泰旅遊禮券，無錢網絡電視皇牌組合12個月 Skyworth 32吋內置高清LED電視，Nike巴西國家隊球衣等。

名氣廊 Flame 健怡滋味

又是忙碌的一天？就算忙到只能享用輕便午餐，都要記得選擇健康食物，為自己打打氣！名氣廊 Flame 尖沙咀店準備了一系列精選外賣美食，讓顧客可於陽光下或海傍品嚐健怡午餐。即日至6月30日，凡惠顧 Green Express 外賣美食滿$50，即可免費獲贈鮮果沙律乙杯（價值$18）。



地點：尖沙咀中港城第1座平台1號
查詢：2367 2713
網址： www.towngasavenue.com
facebook ： TowngasAvenue



全新 CITIZEN 環球電波時計

全新 CITIZEN 環球電波時計 EC1032-54W 的錶殼及錶帶均以典雅的玫瑰金色打造，配以合襯的淺粉紅錶盤，藍寶石玻璃錶面，盡顯佩帶者的女性美。腕錶的設計亮點是特大的12時跟6時的數字刻度，令錶面更富層次感。腕錶能自動校正時間和日期，加上可以任何光源充電，絕對是集環保，實用及時尚美觀於一身的新一代女性腕錶。





查詢： 2722 6868
網址： www.citizen.com.hk

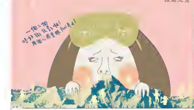
LOG-ON x 謝曬皮「旅遊友畫」Travel Fair

今年以「旅遊友畫」為題的 Travel Fair，LOG-ON 不但聯同本地人氣插畫家謝曬皮一起以畫會友，利用繪畫記錄旅行點滴，更獨家帶來一系列風趣鬼馬的謝曬皮文房四寶產品。此外，謝曬皮更為 LOG-ON 特別製作限量版貼紙及一套三款的明信片。另外，LOG-ON 帶來多款精選外遊產品，照顧旅人需要，放心放膽遊世界！



日期：即日至6月25日
查詢：2736 3866
facebook ： logonhk

LOG-ON



領匯商場《新 • 廚世代》飲食天書

在領匯管理有限公司旗下物業當中，有23個對飲食業充滿熱誠的廚師，透過自身的奮鬥堅持，成功於領匯旗下的商場開設屬於自己的食店，或成為備受讚賞的新一代大廚。領匯將他們的故事收錄於《新 • 廚世代》天書之中。即日起於23個指定領匯商場消費滿$50，即可換領《新 • 廚世代》一本，數量有限，換完即止。

「施巴」Clear Face 淨膚潔面泡

「施巴」淨膚潔面泡的溫和細緻泡沫，能深入淨化毛孔，有效去油除垢，加上醫學pH5.5配方，證實可增強皮膚保護膜功能，預防粉刺痘痘形成。如長有痘痘，獨特抗菌除豆成分 Montaline C-40，經醫學證實，使用4星期，暗瘡數量明顯減少。產品通過醫學測試，無鹼無皂，低敏溫和，適合敏感性，暗瘡性和健康皮膚。



銷售點： Meka 美康、藥房藥行，個人護理連鎖店、化妝品連鎖店及百貨公司
售價： $103 / 150ml
查詢： 2774 8384

Samsonite Kapsule 行李箱獲紅點設計大獎

Samsonite Kapsule 新一代軟硬混合體行李箱，結合軟硬箱的優點，備有硬箱的堅固及軟箱的儲物彈性。行李箱的頂部及底部均以堅硬的 ABS 物料製成，主體採用具彈性的特製尼龍布料製造，使產品更耐用，加上獨特的平置式手挽設計，使行李箱容量大大提升。憑着簡約實用又創新的設計，榮獲本年度德國紅點產品設計大獎。

查詢： http://en.red-dot.org
facebook ： SamsoniteHongKong



MVP 分子生物美容

瑞士著名皮膚科醫生 Dr. Divina 發現在水果和植物蘊含一種神奇生物分子，能夠促進人體皮膚細胞活化更新和修復能力。分子美容技術（MVP）將植物和水果營養的分子結構進行重組，創造新生肌膚。產品採用純天然水果植物，包括葡萄籽，茶樹油，雪絨花，含羞草，香蕉等，適合各種膚質，即使極度敏感及老化的肌膚，亦有明顯改善。

銷售點： Bio Technology Resources (International) Ltd
地點： 九龍柯士甸道29號2樓203-204室
查詢： 9784 3259
網址： http://mvpbydrdivina.com/tc/index.php
facebook ： mvp by dr. divina

